

Idrott och jämställdhet 2017

Översikt över nuläget för jämställdhet mellan
kvinnor och män inom idrottsområdet

Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2018:18



Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 18/2018

Idrott och jämställdhet 2017

Översikt över nuläget för jämställdhet mellan kvinnor
och män inom idrottsområdet

Undervisnings- och kulturministeriet, Helsingfors

ISBN PDF: 978-952-263-564-8

Layout: Statsrådets förvaltningsenhet, publikationsverksamheten / Erja Kankala

Pämbild: Salla Turpeinen

Helsingfors 2018

Presentationsblad

Utgivare	Undervisnings- och kulturministeriet		2018
Författare	Turpeinen Salla och Hakamäki Matti (redaktörer)		
Publikationens titel	Idrott och jämställdhet 2017; Översikt över nuläget för jämställdhet mellan kvinnor och män inom idrottsområdet		
Publikationsseriens namn och nummer	Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2018:18		
Diarienummer		Tema	idrott
ISBN PDF	978-952-263-564-8	ISSN PDF	1799-0351
URN-adress	http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-564-8		
Sidantal	90	Språk	svenska
Nyckelord	idrott, motion, sport, kvinnor, män, jämställdhet mellan kvinnor och män		
Referat			
<p>Denna översikt är en fortsättning på den tidigare utgivna utredningen "Liikunta ja tasa-arvo 2011". I översikten presenteras aktuella teman inom idrott och motion med tanke på jämställdheten mellan kvinnor och män, rapporteras om färsk forskningsresultat med könsvis specificering och jämförs centrala uppgifter med situationen för sex år sedan. Den viktigaste synvinkeln är fysisk aktivitet samt beslutsfattande och ledning. Strukturen och innehållet tjänar den strategiska styrningen av idrottsväsendet, som baserar sig på principen om ledning genom kunskap samt på kontinuerlig konsekvensbedömning.</p> <p>Tack vare objektiva mätningar har informationen om skillnader mellan könen när det gäller fysisk aktivitet ökat och preciserats. Pojkar rör på sig i större utsträckning och mera intensivt än flickor. Skillnaden är märkbar redan inom småbarnspedagogiken, är som störst i lågstadiet och minskar i puberteten. Män idkar mera rask eller tung fysisk aktivitet än kvinnor, medan kvinnor idkar mera lätt idrott.</p> <p>Antalet kvinnor inom lednings- och beslutsfattandeuppdrag på idrottsområdet samt i nätverk och arbetsgrupper har ökat under detta decennium. Av kommuneras ledande tjänsteinnehavare inom idrott och motion är 45 % kvinnor. Av styrelsemedlemmar inom idrottsorganisationer är 32 % kvinnor, av ordförande 16 % och av verksamhetsledare 34 %. Könsfördelningen varierar dock stort inom olika idrottsorganisationer. Kvinnors träning och ledning har understötts under de senaste åren genom flera mentorskaps- och utbildningsprojekt samt genom nätverkande och belöning.</p> <p>Resultaten i rapporten visar att jämställdheten mellan kvinnor och män och dess informationsunderlag har förbättrats under de senaste åren på idrottsområdet. Som stöd för det idrottspolitiska beslutsfattandet och för att skapa förutsättningar för idrott och motion behövs också i fortsättningen könsvis specificerad information. Insamlandet av information ska ske regelbundet och systematiskt. Datainsamlingen ska även utvidgas till att omfatta nya områden, såsom fördelningen av idrottsturer och andra resurser. Med hjälp av den insamlade informationen och systematiskt utnyttjande därav kan man identifiera behoven för de olika könen, följa med förändringen och rikta åtgärder enligt behov separat för kvinnor och män, flickor och pojkar.</p>			
Förläggare	Undervisnings- och kulturministeriet		
Distribution/ beställningar	Elektronisk version: julkaisut.valtioneuvosto.fi Beställningar: julkaisutilaukset.valtioneuvosto.fi		

Innehåll

Förord	6
1 Inledning	9
2 Normgrund för jämställdhet inom idrotten	11
2.1 Lagen om jämställdhet mellan kvinnor och män	11
2.2 Idrottslagen	12
2.3 Regeringens jämställdhetsprogram	13
2.4 Internationella förpliktelser och rekommendationer	14
3 Fysisk aktivitet och kondition	17
3.1 Barn och unga	18
3.2 Fysisk aktivitet under skoldagen	28
3.3 Vuxna	35
4 Styrning av män och kvinnor till olika grenar	44
4.1 Deltagande i föreningsverksamhet	44
4.2 Fördelning av licenser mellan könen	46
4.3 Licensmaterial som verktyg för utveckling av grenarna	48
5 Tävlings- och elitidrott	52
5.1 Idrottare	52
5.2 Tränare	54
6 Beslutsfattande och ledning	57
6.1 Organisationer	57
6.2 Kommuner	62
6.3 Staten	68
6.4 Idrottens samband med kvinnors och mäns karriärer	69

7	Jämställdhet i främjandet av idrott och motion	72
7.1	Motions- och idrottsorganisationernas likabehandlings- och jämställdhetsplaner	72
7.2	Nationella program för motionsfrämjande	73
7.3	Utvecklingsstöd	76
7.4	100 jämställdhetsgärningar för motion och idrott i Finland	78
7.5	Statens idrottsråds sektion för likabehandling och jämställdhet	80
8	Slutsatser	81
	Källor	83
	Bilaga 1. Personer som har medverkat till utarbetandet av rapporten och deras stödorganisationer.	90

FÖRORD

Jämställdhet mellan kvinnor och män har blivit en viktig global konkurrensfaktor. Exempelvis World Economic Forum mäter olika länders framgångar årligen med hjälp av ett jämställdhetsindex. Finland har år efter år nått topplaceringar i denna ranking liksom i andra internationella jämställdhetsjämförelser. Vi kan alltså vara stolta över nuläget för jämställdheten i vårt samhälle. Samtidigt är det viktigt att inse att det fortfarande finns utrymme för förbättring på flera delområden. Sådana områden är i synnerhet arbetslivet, där ledarskap, yrken och löner alltjämt är starkt könsidentifierade. I genomsnitt sitter fler män än kvinnor på direktörsposter eller i högsta ledningen, män får ofta högre lön än kvinnor och har andra yrken inom andra branscher än kvinnor. På motsvarande sätt kan också mycket förbättras inom delområdet familjeliv. Kvinnor bär ännu idag ett större ansvar för hemmet och familjens vardag, exempelvis mätt i mängden hushållsarbete och vård av barn.

Denna jämställdhetsutredning visar att jämställdheten mellan kvinnor och män inom delområdet motion och idrott har framskridit parallellt med förändringen i samhällhet i allmänhet jämfört med läget när motsvarande jämställdhetsutredning utarbetades 2011. Positiva trender syns i utvecklingen i fråga om såväl ledning och träning som deltagande i motion och idrott.

Beaktandet av jämställdhetsaspekter genomgående i verksamheten inom idrottsområdet har också gått framåt med stormsteg sedan reformen av idrottslagen 2015, då jämställdhet och likabehandlingen togs med som utgångspunkter för lagen. Idrottslagens budskap är klart och tydligt: jämställdhet mellan könen – ur flickors och pojkars, kvinnors och mäns synvinklar – ska beaktas i all verksamhet inom idrottsområdet och jämställdheten ska stödjas i förebyggande syfte.

Forskningsdata, statistiskföring och systematisk, långsiktig uppföljning och utvärdering av läget är av avgörande betydelse med tanke på mer jämställd motion och idrott. Ett tillförlitligt kunskapsunderlag behövs för att kunna främja jämställdheten mellan kvinnor och män på ett effektivt sätt och med rätt inriktning. Jämställdhetsutredningen för idrottsområdet är ett utmärkt sätt att regelbundet samla ihop forskningsdata i ämnet. Utöver det krävs också att var och en av oss i vardagen iakttar finkänslighet och samlar information, så att vi kan identifiera och förebygga bristande jämlikhet och främja jämställdheten.

Tiina Kivisaari, direktör

Undervisnings- och kulturministeriet, ansvarsområdet för idrott

1 Inledning

Den senaste översikten över idrott och jämställdhet publicerades 2011. Den bärande tanken bakom översikten var att binda jämställdheten inom idrotten till jämställdheten i samhället i allmänhet, erbjuda fakta om hur män och kvinnor ges olika ställning inom idrotten, använder sin tid på olika sätt och gör olika konsumtionsval, samt beskriva de biologiska och sociala sätt att tala som beskriver detta faktum. Avsikten var också att klargöra att begreppet jämställdhet inom idrottsområdet syftar på jämställdhet mellan kvinnor och män samt att minska förväxlingen med begreppet likabehandling. Främjandet av jämställdheten ansågs ta form i praktiken särskilt i dialogen mellan myndigheterna och medborgarverksamheten inom idrotten. Översikten utarbetades som en del av den dialogen.

Efter att översikten publicerades har medborgarverksamheten omorganiserats på central-organisationsnivå. Även lagstödet har förnyats: en ny idrottslag (390/2015) har stiftats och lagen om jämställdhet mellan kvinnor och män (1329/2014, jämställdhetslagen) har uppdaterats. Jämställdhet definieras fortfarande som jämställdhet mellan kvinnor och män. I lagen ingår nu också bestämmelser om diskriminering på grund av könsidentitet och könsuttryck samt diskriminering på grund av att en person till sina fysiska könsbestämmande egenskaper inte entydigt är kvinna eller man. Bestämmelser om diskriminering på grund av andra orsaker än könstillhörighet och hur den kan förebyggas ingår i diskrimineringslagen (1325/2014).

Enligt statens idrottsråds bedömning har etiska frågor samt frågor om likabehandling och jämställdhet fått större betydelse i den idrottspolitiska debatten både i Finland och på internationell nivå, och den här utvecklingen har betraktats som positiv (Statens idrottsråd 2015). I regeringens jämställdhetsprogram ingår för första gången noteringar som gäller idrott. Programmet har en separat åtgärds punkt som behandlar idrott. I den konstateras att byggnaden av idrottsanläggningar styrs så att båda könen beaktas och att jämställdheten mellan könen beaktas allt mer i kriterierna för beviljandet av allmänna understöd till idrottsorganisationer och övriga statsunderstöd för idrott. Vidare påpekas att statens idrottsråd utvärderar förverkligandet av jämställdheten och likabehandlingen. (SHM 2016a.)

I statens budgetproposition 2018 noteras att det är idrottsverksamhetens uppgift att främja motion och idrott, medan staten och kommunerna skapar förutsättningar. Idrottsverksamheten ska i huvudsak skötas av idrottsorganisationerna. Understöd för projekt för att öka jämställdheten har tagits med som en viktig åtgärd för att nå målet att öka olika befolkningsgruppers motions- och idrottsaktivitet. (RP 106/2017. 29.90. Förklaring.)

Syftet med denna översikt är att utreda nuläget för jämställdheten inom idrottsområdet i Finland samt erbjuda det kunskapsunderlag som behövs för kunskapsbaserad styrning. I översikten följs och iakttas idrottssektorns definitioner och målformuleringar, Strukturen och innehållen som behandlas har valts för att tjäna den strategiska ledningen och styrsystemen som grundar sig på principen om kunskapsbaserad styrning samt på kontinuerlig utvärdering av effekterna. (RP 106/2017. 29.90. Förklaring.)

I dokumentet med riktlinjer för stöd av idrottvetenskaplig forskning, som färdigställdes 2013 och sträckte sig fram till 2017, inkluderade undervisnings- och kulturministeriet som första temaområde främjandet av befolkningens motions- och idrottsaktivitet, fysiska aktivitet, en motionsinriktad livsstil samt verksamhetsmodeller och -praxis som främjar motion. (UKM 2013.) Riktlinjerna har inverkat på översiktens uppbyggnad, valet av temaområden och prioriteringarna, men också på det tillgängliga kunskapsunderlaget: Mängden information om fysisk aktivitet bland män och kvinnor samt flickor och pojkar är mer omfattande än 2011. Jämställdheten mellan könen inom idrott och motion stöds med nya program och styrmedel.

2 Normgrund för jämställdhet inom idrotten

2.1 Lagen om jämställdhet mellan kvinnor och män

Syftet med jämställdhetslagen är att förebygga diskriminering på grund av kön och främja jämställdheten mellan kvinnor och män samt att i detta syfte förbättra kvinnans ställning särskilt i arbetslivet. Lagen syftar också till att förebygga diskriminering på grund av könsidentitet eller könsuttryck. (Lag om jämställdhet mellan kvinnor och män 1329/2014.) Jämställdhetslagen tillämpas i regel på all samhällelig verksamhet och alla livsområden.

Jämställdhetslagen reviderades 2015 i samband med att diskrimineringslagen stiftades. I jämställdhetslagen inkluderades förbudet mot diskriminering på grund av könsidentitet eller könsuttryck samt skyldigheten att förebygga sådan diskriminering. Dessutom utvidgades skyldigheten att göra upp en jämställdhetsplan till grundskolorna, bestämmelserna om arbetsgivarens jämställdhetsplan och lönekartläggning preciserades samt bestämmelserna om jämställdhetsombudsmannens oberoende ställning fastställdes. En ny diskriminerings- och jämställdhetsnämnd inrättades för att övervaka att jämställdhetslagen iakttas.

Med könsidentitet avses i jämställdhetslagen (3 §) en persons upplevelse av sin könstillhörighet. Med könsuttryck avses uttryck för kön genom klädsel eller beteende eller på något annat motsvarande sätt. Bestämmelserna om diskriminering i jämställdhetslagen tillämpas också på diskriminering på grund av att en person till sina fysiska könsbestämmande egenskaper inte entydigt är kvinna eller man.

I regeringens proposition (RP 19/2014) stannade man för förslaget att bevara diskrimineringslagen och jämställdhetslagen som två separata lagar. Skyldigheten att förebygga diskriminering på grund av könsidentitet eller könsuttryck kunde ha tagits med i antingen diskrimineringslagen eller jämställdhetslagen. Det senare alternativet ansågs mer ändamålsenligt bland annat därför att "I EU-lagstiftningen har det ansetts att diskriminering

på grund av könskorrigering omfattas av det omarbetade direktivet om jämställdhet i arbetslivet, som i Finland har genomförts genom jämställdhetslagen”. Dessutom ansågs en gränsdragning mellan diskrimineringskyddet för transsexuella personer från diskrimineringskyddet för övriga typer av könsidentitet och könsuttryck vara så konstlad att dessa inte skiljdes åt i olika lagar. Bestämmelser om diskriminering på grund av ålder, ursprung, nationalitet, språk, religion, övertygelse, åsikt, politisk verksamhet, fackföreningsverksamhet, familjeförhållanden, hälsotillstånd, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller någon annan omständighet som gäller den enskilde som person ingår i diskrimineringslagen (1325/2014).

Jämställdhetslagen innehåller också en kvotbestämmelse på 40 procent, som gäller statliga kommittéer, delegationer och andra motsvarande organ, kommunala organ samt organ för samverkan mellan kommunerna. Således krävs enligt lag att kvinnor och män ska vara representerade till minst 40 procent vardera exempelvis i kommunala nämnder som behandlar idrotts- och motionsfrågor. Bestämmelsen gäller inte organisationers organ. I samband med landskaps- och vårdreformen är avsikten att ändra jämställdhetslagen så att dess bestämmelser också gäller landskapen (RP 15/2017 rd).

2.2 Idrottslagen

Den nya idrottslagen (390/2015) trädde i kraft 2015. I den reviderade lagen betonas jämställdhetsprincipen mer än tidigare. Idrottslagen är en ramlag med bestämmelser om myndigheternas befogenhet, uppgifter, styrmedel och resurser inom idrottsområdet. I lagen ingår definitioner som både skapar och begränsar rättigheterna. Enligt regeringens proposition förbättrar lagen jämställdheten mellan kvinnor och män samt flickor och pojkar inom motion och idrott. (RP 19/2014.)

Lagen syftar till att främja

1. olika befolkningsgruppers möjlighet att röra på sig och utöva motion och idrott,
2. befolkningens välfärd och hälsa,
3. upprätthållande och förbättrande av den fysiska funktionsförmågan,
4. barns och ungas uppväxt och utveckling,
5. medborgarverksamhet inom idrotten, medräknat föreningsverksamhet,
6. elitidrott,
7. ärlighet och etiska principer inom idrott och elitidrott,
8. minskande av ojämlikhet inom motion och idrott.

Syftet verkställs med utgångspunkt i jämställdhet, likvärdighet, samhörighet, kulturell mångfald, sunda levnadsvanor samt respekt för miljön och hållbar utveckling.

Främjandet av jämställdheten nämns också i 12 § i idrottslagen, som handlar om kriterierna för beviljande av statsunderstöd till organisationer. Enligt lagen beaktas vid prövningen av statsunderstödet belopp, arten av den verksamhet som organisationen bedriver, verksamhetens omfattning och samhällseliga verkningar, hur organisationen förverkligar de syften som avses i den föreslagna lagen, hur den beaktar idrottens etiska principer och de internationella bestämmelser som är bindande för Finland och på vilket sätt organisationen främjar likvärdighet och jämlikhet.

2.3 Regeringens jämställdhetsprogram

Regeringens jämställdhetsprogram 2016–2019 (SHM 2016a) samlar statsminister Juha Sipiläs regerings målsättningar och åtgärder för att främja jämställdheten mellan könen. Programmet är ett redskap för koordinering av jämställdhetspolitiken inom statsrådet, och det innehåller åtgärder för samtliga ministerier. Man har strävat efter att bygga upp programmet så att det förutom åtgärderna som förbättrar kvinnors och mäns ställning även inför jämställdhetsmål i betydande samhällseliga reformer och spetsprojekt. Programmet är regeringens sjätte jämställdhetsprogram i Finland. I samband med publiceringen av regeringens jämställdhetsprogram ville man betona att jämställdheten inte är någon självklarhet utan att man måste arbeta planmässigt och målmedvetet för att stärka och bevara den.

I regeringens jämställdhetsprogram ges alla ministerier i uppgift att utreda de centrala utmaningarna gällande jämställdhet inom sitt eget politiska område. Ministerierna uppmanas att trygga de operativa jämställdhetsgruppernas arbetsmöjligheter. En analys av könskonsekvenser ska inkluderas i lagberedningen. Ministerierna ska fortsätta att gemensamt utveckla integreringen av jämställdhet bland annat i de operativa jämställdhetsgruppernas nätverk. Alla ministerier ska se till att information specificerad enligt kön produceras inom deras förvaltningsområden, och att denna information används som grund för beredningsarbete och beslutsfattande. (SHM 2016a.)

I jämställdhetsprogrammets fjärde kapitel presenteras som mål för främjandet av jämställdheten att "Byggnaden av idrottsplatser styrs så att båda könen beaktas. Jämställdheten mellan könen beaktas allt mer i kriterierna för beviljandet av allmänna understöd till idrottsorganisationer och övriga statsunderstöd för idrott. Statens idrottsråd utvärderar förverkligandet av jämställdheten och likabehandlingen." (SHM 2016a.)

I jämställdhetsprogrammet ges riktlinjer för att jämställdhetsperspektivet ska beaktas i centrala samhälleliga och administrativa reformer, såsom regeringens spetsprojekt. Ministerierna säkerställer att man strävar efter att fastställa jämställdhetsmål i spetsprojekten, att könskonsekvenserna bedöms i reformens olika skeden och att effekterna för jämställdheten mellan könen rapporteras. Dessutom garanteras en tillräcklig jämställdhetskompetens. Regeringen bedömer könskonsekvenserna av sina projekt. Motion och idrott ingår i flera spetsprojekt. Mest synligt ingår de i undervisnings- och kulturministeriets spetsprojekt för kompetens och utbildning "Nya inlärningsmiljöer och digitala material för grundskolorna", som delvis fokuserar på att göra programmet Skolan i rörelse riksomfattande. Motion och idrott ingår också i social- och hälsovårdsministeriets spetsprojekt för välfärd och hälsa "Hälsa och välfärd ska främjas och ojämlikheten bli mindre." Ministerierna har lämnat de första utredningarna av spetsprojektens jämställdhetsåtgärder till regeringen under hösten 2017.

Utöver jämställdhetslagen och regeringens jämställdhetsprogram är också statsrådets redogörelse om jämställdheten mellan kvinnor och män från 2010 en viktig handling som stakar ut den nationella jämställdhetspolitiken. Redogörelsen sätter upp riktlinjer för jämställdheten mellan kvinnor och män fram till 2020. I handlingen beskrivs regeringarnas centrala mål med fokus på bland annat en ökning av andelen kvinnor bland beslutsfattarna, jämställdhetsfrågor i arbetslivet och inom utbildningen, jämnare fördelning av familjeledigheter samt förebyggande av våld mot kvinnor. I samband med behandlingen av redogörelsen förutsatte riksdagen att en mellanrapport skulle lämnas till arbetslivs- och jämställdhetsutskottet 2016. Rapporten publicerades i början av 2017. I mellanrapporten (SHM 2017a) beskrivs hur målen uppnåtts inom sju olika delområden. Enligt rapporten har framsteg gjorts på flera områden under 2011–2016, såsom i fråga om jämställdhetsplanerna på arbetsplatserna och att centret för jämställdhetsinformation Minnas verksamhet har etablerats och är en viktig källa till information om jämställdhet. I andra fall har inga framsteg gjorts, såsom i fråga om diskriminering på grund av graviditet eller familjeledighet, eller beaktande av minoriteters och mäns speciella behov i samband med utveckling av tjänster. I mellanrapporten uttrycker man oro för att jämställdhetsarbetet på kommunal och regional nivå inte har utvecklats på önskat sätt på grund av de begränsade resurserna. I rapporten noteras att jämställdhetsperspektivet ska inkluderas i omfattande strukturella reformer, såsom landskaps- och vårdreformen.

2.4 Internationella förpliktelser och rekommendationer

EU-kommissionens expertgrupps förslag om strategiska åtgärder för att uppnå målet om jämställdhet mellan kvinnor och män inom idrotten 2014–2020 godkändes den 18 februari 2014. Förslaget utgick från observationer av att kvinnor och flickor inte motionerar och idrottar lika

mycket som män och pojkar samt att andelen kvinnor i ledande ställning inom idrotten fortfarande är liten. Däremot betraktades som ett framsteg att både kvinnor och män tävlade i alla grenar vid OS i London 2012 och att 24 av de 115 ledamöterna i Internationella olympiska kommittén var kvinnor.

Som grund för de strategiska åtgärderna i handlingen uppgavs målet att locka fler utövare och kunder till idrotten samt att erbjuda stöd, förbättra servicenivån, främja säkerheten inom idrotten, minska bortfallet av flickor från idrotten och att på så sätt skapa hälsofördelar och främja ekonomin inom olika sektorer, såsom sportmedierna. Som en särskild uppgift betraktades att ingripa i könsrelaterat våld och trakasserier. Enligt handlingen kan en öppen, hållbar och trygg miljö förebygga trakasserier och utnyttjande, samtidigt som den motverkar ogrundade anklagelser. Ett effektivt ingripande anses kräva nationella strategier i alla EU:s medlemsstater. (Gender Equality in Sport 2014.)

Europarådets rekommendation om integrering av jämställdhetsperspektivet inom idrotten godkändes den 21 januari 2015. I rekommendationen noteras som en utgångspunkt att bygga upp och främja sports-for-all kulturen i samhället. Motiveringen är att motion och idrott lär flickor och pojkar rent spel, respekt för andra, respekt för regler, laganda, tolerans och ansvar. Alla dessa egenskaper bidrar till att fostra ett ansvarstagande medborgarskap.

I synnerhet Europarådet uppmuntrar medlemsländernas regeringar att bedöma sitt lands idrottslagstiftning, den idrottspolitik som bedrivs, jämställdhetsåtgärderna och deras resultat samt att göra bedömningar av könskonsekvenserna och rapportera dem till Europarådets organ, att fastställa jämställdhet som ett av kriterierna för att bevilja organisationerna understöd, att starta framför allt nationella program för samarbetet mellan olika ministerier och förvaltningsområden och att ytterligare säkerställa att all statistikföring som gäller ämnet har indelats enligt kön. Separat uppmanas länderna också att identifiera skillnader i fråga om vilka orsaker som leder till att män och kvinnor eller flickor och pojkar slutar motionera och idrotta. (Council of Europe 2015.) Europarådet har startat initiativet Balance in sport i syfte att främja rekommendationen. Initiativet är inriktat på att ingå avtal om indikatorer på jämställdhet samt på att systematiskt samla in och publicera information. (EPAS 2017.)

Kvinnoidrottsnätverket IWG (International Working Group on Women and Sport) publicerade slutsatser och rekommendationer från sin konferens i Helsingfors den 14 juni 2014. Man hade utgått från hälsofrämjande motion och hur den kan stödjas bland flickor och kvinnor i olika skeden i livet samt speciell fokus på åtgärder för att förebygga ätstörningar och idrottsskador. Även IWG noterade behovet av att producera idrottsstatistik som är indelad enligt kön samt att beakta jämställdhetsperspektivet i samband med fördelningen av resurser. IWG förutsatte också att regeringar och organisationer rapporterar informa-

tion och forskningsresultat som samlats in om jämställdheten inom idrotten samt delar med sig av sin bästa praxis och sina metoder. IWG konstaterade vidare att mentorskap och utbildning är förutsättningar för att andelen kvinnliga tränare och domare ska kunna ökas. (IWG 2014a.) Samtidigt publicerade IWG också den uppdaterade deklarationen Brighton Plus Helsinki, med en förteckning över de viktigaste multi- och transnationella avtalen, deklarationerna, resolutionerna, rekommendationerna samt anvisningarna som de olika staterna och regeringarna bör kräva att nationella aktörer inom motion och idrott följer. (IWG 2014b.)

3 Fysisk aktivitet och kondition

Teknikutvecklingen har fört med sig nya, objektiva metoder för mätning av fysisk aktivitet, som är exaktare och mer tillförlitliga än någonsin tidigare (t.ex. Aittasalo m.fl. 2015; Vähä-Ypyä m.fl. 2015). Detta möjliggör en exaktare tolkning av skillnaderna mellan könen på olika nivåer av fysisk aktivitet. Med hjälp av aktivitetsmätare kan man utöver aktiviteten också mäta mängden stillasittande, som man under de senaste åren har fört kampanjer för att minska på (t.ex. SHM 2015). Tack vare dessa objektiva metoder har man under de senaste åren fått mängder av information i synnerhet om fysisk aktivitet hos barn och unga. Resultaten rapporteras relativt allmänt per kön.

Resultaten av forskningen i fysisk aktivitet jämförs ofta med de nationella motionsrekommendationerna: hur stor del av barn, unga eller vuxna motionerar i enlighet med rekommendationerna. De nationella motionsrekommendationerna är samma för båda könen. Enligt motionsrekommendationen för barn i skolåldern borde "alla 7–18-åringar röra på sig mångsidigt och på ett åldersanpassat sätt minst 1–2 timmar dagligen" (undervisningsministeriet och Ung i Finland 2008, 6). Genom att motionera mer än rekommendationen uppmanar till ökar också hälsofördelarna, eftersom motionsrekommendationen fastställer minimimängden rask motion som krävs för att upprätthålla hälsan. I rekommendationen ges anvisningar om att inkludera ansträngande motion varje dag. Ansträngande motion, där man tydligt blir andfådd och pulsen höjs märkbart, genomförs i allmänhet i korta perioder bland barn. (Undervisningsministeriet och Ung i Finland 2008.) Världshälsoorganisationen (World Health Organization 2010) fastställer i sin motionsrekommendation samma minimimängd motion, det vill säga en timme rask motion dagligen, som de finländska rekommendationerna. WHO rekommenderar dessutom ansträngande motion minst tre gånger i veckan.

Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren publicerades 2016 (UKM 2016a). För barn under åtta år rekommenderas minst tre timmar mångsidig fysisk aktivitet dagligen. De tre timmarna av fysisk aktivitet ska enligt rekommendationen bestå av mångsidig fysisk aktivitet av varierande intensitet: lätt motion och rask utevistelse samt mycket fartfylld fysisk aktivitet. (UKM 2016b.)

För vuxna i åldern 18–64 år är rekommendation för hälsofrämjande motion följande:

1) motion som förbättrar uthållighetskonditionen 2 h 30 min rask motion eller 1 h 15 min ansträngande motion i veckan samt 2) motion som förbättrar muskelstyrkan samt koordination och balans minst två gånger i veckan. Motionsrekommendationen för över 65-åringar betonar dessutom bevarandet av muskelstyrka och balans: 1) regelbunden motion under flera dagar i veckan, totalt minst 2 h 30 min raskt eller 1 h 15 min ansträngande samt 2) träning av muskelstyrka, balans och rörlighet minst två gånger i veckan. (God medicinsk praxis 2016.)

3.1 Barn och unga

Barns och ungas fysiska aktivitet analyseras och följs upp i minst fyra riksomfattande undersökningar: LIITU-undersökningen av barns och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland vartannat år, WHO-Skolelevstudien vart fjärde år, enkäten Hälsa i skolan vartannat år samt undersökningen av ungdomars fritid vartannat år. På senare år har man också fått riksomfattande information om barns och ungas motionsvanor genom uppföljning och analys inom programmet Skolan i rörelse. I regel har bedömningen av mängden fysisk aktivitet i undersökningarna grundat sig på barnens och ungdomarnas bedömning i enkäter, men i undersökningarna LIITU och Skolan i rörelse har den fysiska aktiviteten också mätts med aktivitetsmätare och all information är tillgänglig indelad enligt kön.

LIITU-undersökningen, som genomfördes första gången 2014 och andra gången 2016, är för närvarande det mest omfattande nationella undersökningsmaterialet som objektivt mäter barns och ungdomars fysiska aktivitet. Undersökningen genomförs varannan gång i samband med WHO-Skolelevstudien och varannan gång som en fristående undersökning. Resultaten ger information om trender i motionsvanorna hos barn och unga i årskurs 3, 5, 7 och 9 (9-, 11-, 13- och 15-åringar). (Kokko m.fl. 2016.) LIITU-undersökningen tillgodoser det behov som på 2000-talet identifierade såväl inom statsförvaltningen som på forskningsfältet: det finns inte tillräckligt mycket uppföljningsinformation på riksnivå om mängden motion, kvaliteten och trenderna bland barn och unga. Informationen är splitt-rad och uppgifter saknas, vilket upplevs ha försvårat också det idrottspolitiska beslutsfattandet (t.ex. Korjus & Paajanen 2016). I LIITU-undersökningen samlar man information om mängden motion och idrott bland barn och unga, idrotts- och motionsplatser, motiv, betydelse, upplevelser och metoder, hinder för motion, skolidrott, idrottsföreningsverksamhet samt idrottsskador. Genom att kombinera enkätundersökningen med objektiv aktivitetsmätning får man en bättre uppfattning om nuläget för barns och ungdomars motions- och idrottsvanor.

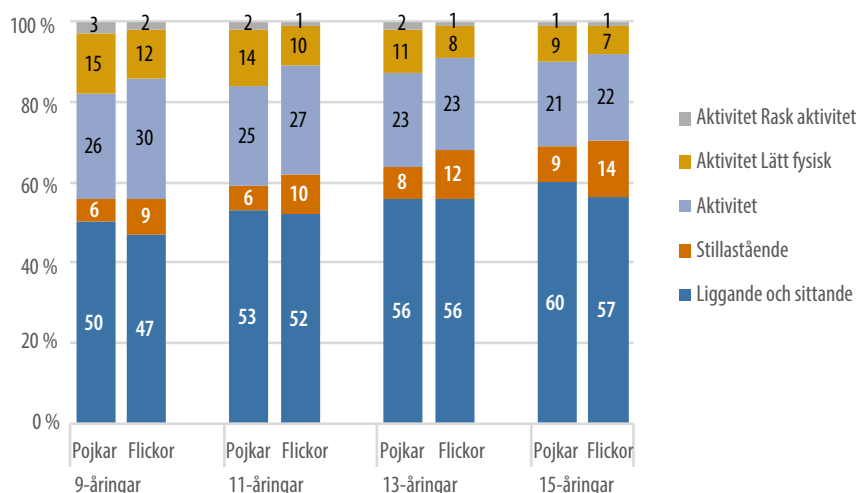
Nedan presenteras resultaten av forskningen i fysisk aktivitet och idrottshobbyer bland flickor och pojkar utifrån den senaste informationen som publicerats av LIITU-undersökningen och programmet Skolan i rörelse. Utöver det noteras resultat med anknytning till flickors och pojkars motions- och idrottsvanor utifrån andra enkätundersökningar.

Fysisk aktivitet bland flickor och pojkar mätt med aktivitetsmätare

I LIITU-undersökningen våren 2016 mättes barns och ungas stillasittande och fysiska aktivitet med en aktivitetsmätare som deltagarna i undersökningen bar på höften i en vecka (7 dagar) under den vakna tiden. Mätaren, som är ungefär lika stor som en tändsticksask, fästes med i ett elastiskt bälte, som barnen och ungdomarna spände fast runt höften när de vaknade på morgonen och tog av sig på kvällen när de gick och lade sig. Mätaren bars inte heller vid dusch eller bad. Variablerna som beskriver fysisk aktivitet och stillasittande beräknades med hjälp av sex sekunder långa analysperioder (epoch). Av stillasittandet identifierades att sitta, ligga och stå, medan den fysiska aktiviteten delades in i tre klasser enligt intensiteten: lätt, rask och ansträngande (Sunil m.fl. 2014). Som variabler för stillasittande och fysisk aktivitet användes att stillasittande-/liggande, stillastående och olika genomsnitt av aktivitetsmätarens användningstid för fysisk aktivitet med olika intensitet. Man analyserade också de dagliga medelvärdena för den totala mängden stillasittande och fysisk aktivitet av olika typer samt hur många steg barnen och ungdomarna tog i genomsnitt under en dag. (Husu m.fl. 2016a, 16.)

Mätarmaterialet mätte den fysiska aktiviteten hos 3 274 elever, av vilka 57 procent var flickor. Av dem hade 90 procent (n=2 931, 59 procent flickor) använt mätaren under minst fyra dagar, åtminstone tio timmar om dagen, vilken i undersökningen betraktades som tillräckligt för att beskriva mängden stillasittande och fysisk aktivitet under den vakna tiden. I genomsnitt bar barnen och ungdomarna aktivitetsmätare 14 timmar om dagen. (Husu m.fl. 2016a, 17.)

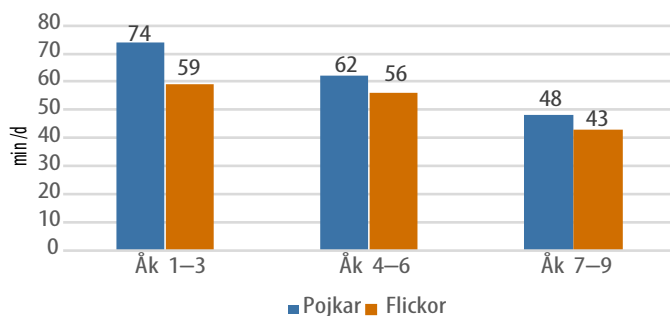
Enligt den uppmätta informationen tillbringade både flickor och pojkar i genomsnitt hälften av den vakna tiden sittande eller liggande (figur 1). Pojkarna tillbringade litet mer tid sittande och liggande än flickorna. Resultaten visade att flickorna tillbringade litet mer tid stående än pojkarna. Andelen stående ökade något i de äldre åldersgrupperna, särskilt bland flickorna. Största delen av flickornas och pojkarnas fysiska aktivitet var lätt. Flickorna hade en något större andel lätt fysisk aktivitet än pojkarna, men i de äldre åldersgrupperna utjämnades skillnaden. En större andel rask och ansträngande fysisk aktivitet uppmättes för pojkarna än för flickorna i alla åldersgrupper. Bland 15-åriga flickor var andelen ansträngande fysisk aktivitet mindre än en procent av den vakna tiden. (Husu m.fl. 2016a, 18.)



Figur 1. Genomsnittliga andelar av pojkars och flickors stillasittande och fysisk aktivitet under den vakna tiden per åldersgrupp (n = 2 931) (%) i LIITU-undersökningen. (Husu m.fl. 2016a.)

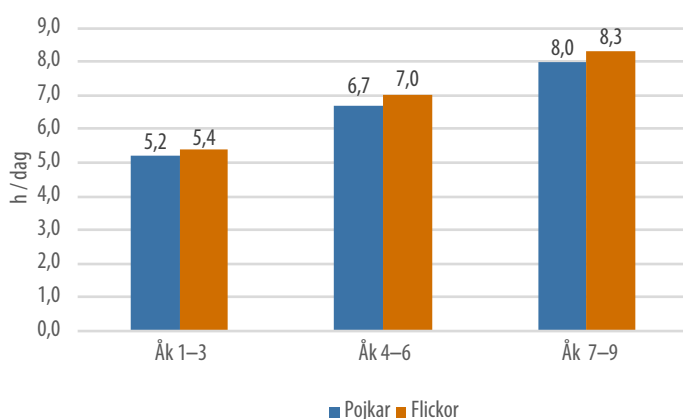
Undersökningar och uppföljningar i programmet Skolan i rörelse mätte under perioden 2010–2015 totalt 1 186 elevers (45 procent pojkar, 55 procent flickor) fysiska aktivitet med hjälp av aktivitetsmätaren ActiGraph, som bärs på höften (Tammelin m.fl. 2015). Med hjälp av mätresultaten beräknades mängden stillasittande, det vill säga den fysiskt inaktiva tiden, samt fysisk aktivitet av olika intensitet under hela dagen samt under skoldagen. I undersökningen definierades den fysiska aktivitetens olika intensitetsområden (fysiskt inaktiv tid samt lätt och rask fysisk aktivitet) med hjälp av Evensons m.fl. (2008) gränsvärden (Tammelin m.fl. 2013).

Enligt resultaten som uppmättes med aktivitetsmätarna minskar elevernas fysiska aktivitet med åldern och bland flickorna uppmättes en mindre mängd rask fysisk aktivitet än bland pojkarna på alla årskurser (figur 2). Skillnaden mellan flickor och pojkar i fråga om mängden rask fysisk aktivitet var tydlig i lågstadiet, men mindre och inte statistiskt signifikant i de högre årskurserna. (Tammelin m.fl. 2015.)



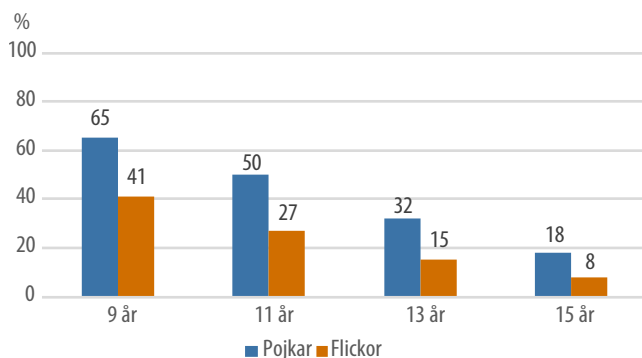
Figur 2. Mängden rask fysisk aktivitet som uppmätts med aktivitetsmätare under hela dagen (min/dag) (Tammelin m.fl. 2015).

Mängden fysiskt inaktiv tid ökar med åldern (figur 3). Mest fysiskt inaktiv tid, mer än åtta timmar av den vakna tiden, uppmättes bland högstadieläverna. Bland flickorna uppmättes mer fysiskt inaktiv tid under dagen än bland pojkarna. I årskurs 1–3 var skillnaden mellan flickor och pojkar inte statistiskt signifikant, men i årskurs 4–9 var skillnaden mellan könen statistiskt signifikant. Minst fysiskt inaktiv tid uppmättes bland pojkarna i årskurs 1–3: 5,2 timmar om dagen. (Tammelin m.fl. 2015.)



Figur 3. Mängden fysiskt inaktiv tid bland pojkar och flickor som uppmätts med aktivitetsmätare under dagen (timmar/dag) (Tammelin m.fl. 2015).

Enligt uppgifterna som uppmätts i LIITU-undersökningen nådde en tredjedel (34 procent) av barnen och ungdomarna motionsrekommendationen, det vill säga rask eller ansträngande fysisk aktivitet i minst 60 minuter varje dag under mätningen (figur 4). I alla de åldersgrupper som granskades var antalet pojkar som nådde rekommendationens mål större än antalet flickor. En minskning av mängden fysisk aktivitet med åldern syntes tydligt bland både flickor och pojkar. Färre än var tionde av de 15-åriga flickorna som deltog i undersökningen var fysiskt aktiv i en timme dagligen. (Husu m.fl. 2016a, 21.)



Figur 4. Andelar flickor och pojkar som nådde motionsrekommendationen (minst 60 minuter rask/ansträngande fysisk aktivitet varje dag under mätningen) (n = 2931) (%) enligt de objektiva mätningarna i LIITU-undersökningen (Husu m.fl. 2016a).

Enligt mätningarna i programmet Skolan i rörelse nådde 40 procent av flickorna och 59 procent av pojkarna på lågstadiet motionsrekommendationen, medan motsvarande siffror för flickor och pojkar på högstadiet var 16 procent och 22 procent. Resultaten avviker något från resultaten av LIITU-undersökningen, där man använde andra kriterier för att nå rekommendationen. I LIITU-undersökningen ansågs elever ha nått rekommendationen när en hel timme fysisk aktivitet hade uppmätts för varje dag under mätningen. I programmet Skolan i rörelse ansågs elever ha nått rekommendationen när genomsnittet av alla fysisk aktivitet under sju dagar översteg en timme.

Det är svårt att jämföra resultaten av LIITU-undersökningen med andra internationella eller nationella objektiva mätningar på grund av skillnaderna i fråga om analysen av materialet från aktivitetsmätarna. Metoden och sättet att beräkna resultaten i LIITU-undersökningen har tidigare använts för barn och unga endast i den regionalt avgränsade Skolan i rörelse-undersökningen i Nådendal (Husu m.fl. 2016b). ActiGraph-mätaren används mycket i internationell forskning och användningen av den gör resultaten jämförbara. Exempelvis den fysiska aktiviteten bland elever i årskurs 1–3 (6–8-åringar) i finländska och amerikanska skolor har jämförts med ActiGraph-mätare (Yli-Piipari m.fl. 2016). I undersökningen uppmättes mer rask eller ansträngande fysisk aktivitet (MVPA) bland pojkarna än bland flickorna i materialet från både Finland och USA. I fråga om lätt fysisk aktivitet var skillnaden mellan könen inte statistiskt signifikant. I båda länderna uppmättes mer fysiskt inaktiv tid bland flickorna än bland pojkarna. Bland de finländska flickorna och pojkarna uppmättes en större andel av tiden som användes till fysisk aktivitet under skoldagen än bland de amerikanska flickorna och pojkarna. (Yli-Piipari m.fl. 2016.)

Mängder av ny information om den fysiska aktiviteten bland barn under skolåldern har samlats in de senaste åren. I Finland pågår flera undersökningar bland barn i förskoleåldern, såsom forskningsprojektet Taitavat tenavat (Begåvade barn) vid Jyväskylän universitet, Folkhälsans projekt DAGIS samt undersökningen Nycklarna till en god uppväxt vid Åbo center för barn- och ungdomsforskning, som följer barnens och familjernas välbefinnande och barnens motoriska färdigheter. I den första internationella publikationen som gällde fysisk aktivitet (Matarma m.fl. 2016) inom ramen för undersökningen Nycklarna till en god uppväxt, utreddes mängden objektivt uppmätt fysisk aktivitet bland 5–6-åringar med ett litet undersökningsmaterial (62 pojkar, 78 flickor). En något större andel rask motion uppmättes bland pojkarna än bland flickorna (6,5 procent respektive 5,6 procent). I fråga om lätt eller ansträngande fysisk aktivitet visade resultaten inga skillnader mellan flickor och pojkar.

I sin avhandling studerade Soini (2015) den fysiska aktiviteten hos treåringar med hjälp av ActiGraph-aktivitetsmätare och observationsmetoden OSRAC-P. Bland barn under skolåldern är det svårt att mäta den fysiska aktiviteten på grund av dess spontanitet och oförutsägbarhet (bl.a. Cliff m.fl. 2009; Oliver m.fl. 2007; Pate m.fl. 2010; Trost 2007), och för att

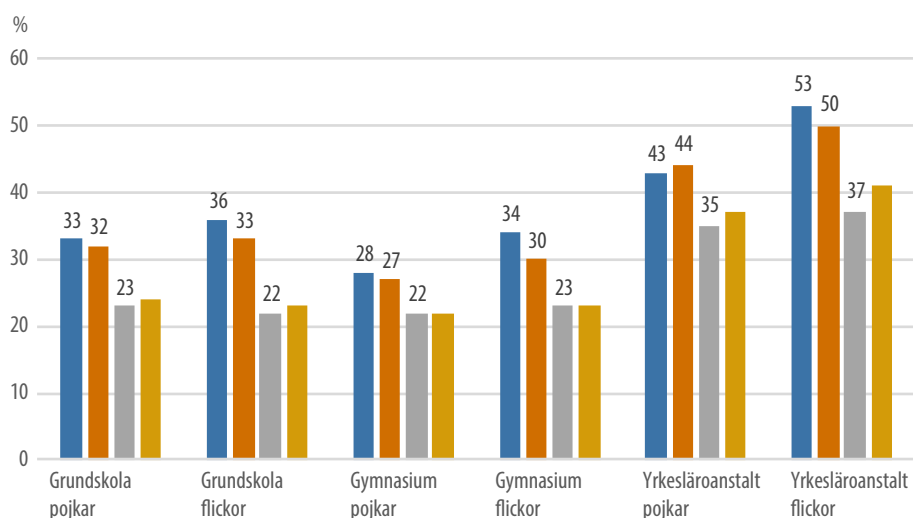
få tillförlitliga resultat rekommenderas att flera olika subjektiva och objektiva mätmetoder används parallellt. I Soinis undersökning deltog 48 pojkar och 48 flickor under hösten 2010 (augusti–oktober) samt 50 pojkar och 44 flickor under vintern 2011 (januari–februari).

Enligt Soini (2015) var barnens fysiska aktivitet under dagen på daghem till största delen mycket lätt och endast cirka två procent av observationerna omfattade lek som var minst rimligt ansträngande (Soini m.fl. 2014b). Redan bland treåringarna syntes skillnader mellan könen i och med att pojkarna var mer fysiskt aktiva än flickorna. Pojkarnas fysiska aktivitet var mer ansträngande än flickornas och skillnaderna mellan könen framhövdes i synnerhet på vintern (Soini m.fl. 2014a) samt under dagen på daghem (Soini m.fl. 2014c). Hos endast ett fåtal av treåringarna uppmättes rask fysisk aktivitet i två timmar dagligen, vilket var målet enligt Motionsrekommendationer för förskoleverksamheten 2005. I synnerhet bland små barn är det svårt att jämföra hur många som nått rekommendationerna i olika undersökningar, eftersom olika kriterier och gränsvärden har använts för aktivitetsmätarna (Soini 2015).

Fysisk aktivitet bland flickor och pojkar i enkäterna

Enkäten Hälsa i skolan, som genomförs av Institutet för hälsa och välfärd (THL), producerar uppföljningsinformation på riksnivå om barns och ungas välbefinnande. Som indikator på fysisk aktivitet har sedan 1996 använts frågan "Hur många timmar i veckan brukar du i vanliga fall träna på din fritid så att du blir andfådd och svettig?". Svarsalternativen är: inte alls, ca 30 minuter, ca 1 timme, ca 2–3 timmar, ca 4–6 timmar och ca 7 timmar eller mera. Till rapporteringen om enkäten Hälsa i skolan har som indikator valts andelen unga som är fysiskt aktiva på fritiden så att de blir andfådda eller svettiga i högst en timme i veckan. Det kan betraktas som andelen deltagare som är fysiskt inaktiva. Jämförbara data har samlats in om elever i årskurs 8–9 sedan 1996, om gymnasister sedan 1999 och om studerande vid yrkesläroanstalter sedan 2008. Lågstadiееlever i årskurs 4–5 och deras vårdnadshavare har deltagit sedan 2017. Alla resultat av enkäten Hälsa i skolan rapporteras enligt kön.

Enligt enkäten Hälsa i skolan från 2017 (Institutet för hälsa och välfärd THL 2017) tränar 24 procent av pojkarna och 23 procent av flickorna i årskurs 8–9 på fritiden så att de blir andfådda eller svettiga i högst en timme i veckan (figur 5). Bland gymnasisterna är andelen pojkar 22 procent och andelen flickor 23 procent, och bland studerande vid yrkesläroanstalterna är andelen pojkar 37 procent och andelen flickor 41 procent. Den här andelen fysiskt inaktiva barn och unga minskade i alla åldersgrupper under perioden 2010–2015, det vill säga andelen inaktiva pojkar och flickor minskade. I den senaste enkäten från 2017 ökade emellertid andelen fysiskt inaktiva något i alla grupper utom gymnasisterna. Skillnaderna mellan könen i fråga om andelen fysiskt inaktiva har utjämnats under 2010-talet och är obetydliga i varje åldersgrupp.



Figur 5. Andel fysiskt inaktiva: Andelen pojkar och flickor som uppger sig träna på fritiden så att de blir andfådda eller svettiga i högst en timme i veckan. Icke-standardiserade procentandelar av elever i grundskolans årskurser 8 och 9 samt första och andra årets studerande vid gymnasierna och yrkesläroanstalterna 2010/2011–2017. (Institutet för hälsa och välfärd THL 2017.)

År 2017 lades en andra fråga om fysisk aktivitet till enkäten Hälsa i skolan: "Tänk på hur du rört på dig under de senaste sju dagarna. Under hur många dagar har du rört dig åtminstone i en timme per dag?" och svarsalternativen var 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6 eller 7 dagar. Fråga ger andelen barn och unga som är fysiskt aktiva i enlighet med rekommendationen, det vill säga i minst en timme dagligen. Samma typ av formulering har använts också i WHO-Skolelevstudien och LIITU-undersökningarna. Frågan är ändå inte exakt lika formulerad i alla enkäter, vilket kan förklara skillnaderna mellan de olika undersökningarna.

Enligt enkäten Hälsa i skolan är 50 procent av pojkarna och 40 procent av flickorna i årskurs 4–5 (n=94 766) fysiskt aktiva i minst en timme dagligen i enlighet med motionsrekommendationen (tabell 1). Bland eleverna i årskurs 8–9 (n=72 115) nådde 23 procent av pojkarna och 16 procent av flickorna rekommendationen, bland gymnasisterna (n=34 674) 16 procent av pojkarna och 11 procent av flickorna samt bland studerande vid yrkeshögskolor (n=30 568) 14 procent av pojkarna och 11 procent av flickorna.

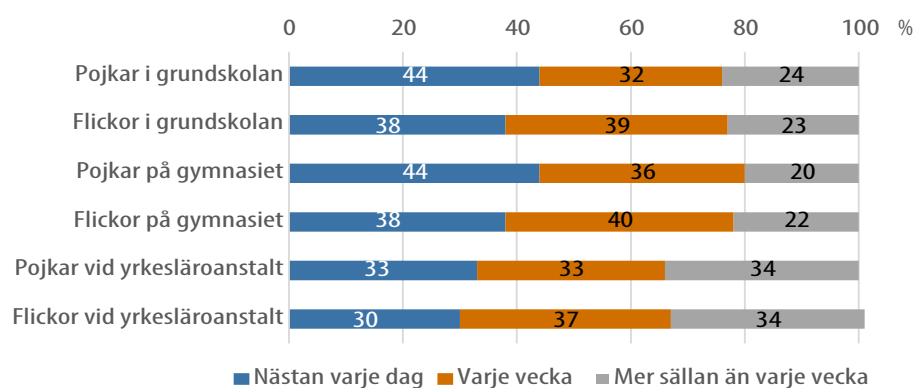
Enligt enkäterna i LIITU-undersökningen (Kokko m.fl. 2016) (n=7 340) är 36 procent av pojkarna och 27 procent av flickorna (9–15 år) fysiskt aktiva i enlighet med rekommendationen, det vill säga i minst en timme dagligen. Liknande resultat gav WHO-Skolelevstudien 2014, enligt vilken 33 procent av pojkarna och 23 procent av flickorna är fysiskt aktiva i enlighet med rekommendationen för 11–15-åringar (Tuloskorti 2016, 11). Fler pojkar än flickor når motionsrekommendationen (Kokko m.fl. 2016, 11).

Tabell 1. Andelen pojkar och flickor som når motionsrekommendationen (%) enligt enkäterna.

	Pojkar(%)	Flickor (%)
IEnkäten Hälsa i skolan 2017		
åk 4–5	50	40
åk 8–9	23	16
gymnasister	16	11
yrkesskolelever	14	11
LIITU 2016		
9–15 år	36	27
WHO -Skolelevstudie 2014		
11–15 år	33	23

Utövandet av idrott och motion på egen hand har kartlagts i enkäten Hälsa i skolan sedan 2015 med en flervälsfråga: "Hur ofta gör du något av det följande utanför studiedagen?

1) Jag idrottar eller motionerar på egen hand". Svartalativ: 1) nästan varje dag, 2) varje vecka 3) varje månad, 4) mer sällan och 5) aldrig. Skillnaderna mellan könen är statistiskt signifikanta men inte avsevärda (figur 6). I alla åldersgrupper uppgav en något större andel av pojkarna än av flickorna att de idrottar och motionerar på egen hand nästan varje dag. På motsvarande sätt uppgav en något större andel av flickorna än av pojkarna att de idrottar och motionerar på egen hand varje vecka. Bland ungdomarna som idrottar och motionerar på egen hand nästan mer sällan än varje vecka var skillnaderna mellan könen obetydlig. (Institutet för hälsa och välfärd THL 2017.)

**Figur 6.** Idrott eller motion på egen hand enligt enkäten Hälsa i skolan (Institutet för hälsa och välfärd THL 2017).

I undersökningen om barns och ungdomars fritid kartläggs 7–29-åringars fritid, särskilt förhållandet till media, hobbyer och motion. Undersökningen är en fortsättning på publikationsserien som gick under namnet Undersökning om ungdomars fritid, vars namn uppdaterades i samband med att målgruppens nedre åldersgräns sänktes. I framtiden är

avsikten att inkludera också barn i förskoleåldern, eftersom forskarna som leder projektet anser att den empiriska kunskapen hos barn under skolåldern i Finland har hamnat i en skuggzon (Merikivi m.fl. 2016, 5). I undersökningen utreds hur regelbundet barn och ungdomar motionerar eller idrottar, vilka grenar de sysslar med, hur och var de motionerar eller idrottar samt varför de inte sysslar med motion eller idrott. Undersökningen om barns och ungdomars fritid genomförs i form av intervjuer, delvis per telefon. I intervjun ingår en separat fråga om kön och svarsalternativen är flicka/kvinna, pojke/man, annat eller vill inte svara. (Merikivi m.fl. 2016, 15). Alla resultat i undersökningen om barns och ungdomars fritid har inte rapporterats enligt kön.

Enligt undersökningen om barns och ungdomars fritid (n=1 205) sysslar 93 procent av flickorna och 90 procent av pojkarna med någon typ av motion eller idrott på fritiden. Endast tre procent av flickorna och sex procent av pojkarna sysslar inte med eller vill inte syssla med motion eller idrott. Enligt rapporten har utövandet av motion eller idrott ökat klart mellan 2012 och 2015, men forskarna konstaterar att resultaten angående motion och idrott som fås med hjälp av enkätundersökningen har visat sig vara begränsade samt att ökningen av antalet barn och ungdomar som sysslar med motion och idrott inte nödvändigtvis beskriver en verklig ökning av den fysiska aktiviteten, utan att fler sysselsättningar än tidigare räknas som motion och idrott. (Merikivi m.fl. 2016, 77–78.)

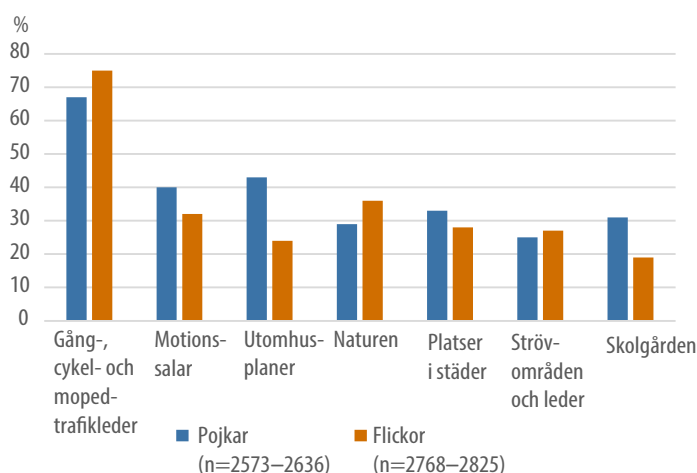
Några signifikanta skillnader mellan könen i åldersgruppen 7–29 år finns inte i fråga om mängden motion och idrott per vecka som gör barnen och ungdomarna andfådda eller svettiga. Bland flickorna uppger sig 25 procent träna så att de blir andfådda eller svettiga dagligen i minst en halv timme. Motsvarande siffra bland pojkarna är 28 procent. Bland flickorna uppger sig sju procent och bland pojkarna nio procent träna så att de blir andfådda eller svettiga mer sällan än 1–2 gånger i veckan. (Merikivi m.fl. 2016, 79.)

Enligt undersökningen om barns och ungdomars fritid (2016) är löpning/joggning och cykling de två vanligaste motionsformerna bland flickor och pojkar i åldern 7–29 år. Bland flickorna kom friluftsliv/promenad och gym på tredje och fjärde plats, bland pojkarna för sin del fotboll och gym. Den tydligaste skillnaden mellan könen är fotbollens popularitet: 20 procent av pojkarna och sju procent av flickorna uppgav att de ibland spelar fotboll. En annan tydligt könsrollsbinden idrottsgren är enligt rapporten innebandy: 14 procent av pojkarna uppgav att de ibland spelar innebandy, medan endast ett fåtal av flickorna nämnde grenen. Åldern spelar en viktig roll i hur populära olika grenar är bland både pojkar och flickor. Cykling, friluftsliv och promenad verkar vara populära motionsformer under hela barndomen och ungdomen (Merikivi m.fl. 2016, 90–93).

Enligt undersökningen om barns och ungdomars fritid har det skett förändringar i barnens och de ungas motionsvanor mellan enkäterna 2012 och 2015. Enligt forskarna beror det på att traditionella motionsformer håller på att förlora sin ställning och nya grenar

dyker upp i deras ställe, såsom att dansa, hoppa på trampolin samt åka skateboard och sparkcykel. Samtidigt upprepas att det är svårt att dra långtgående slutsatser av resultaten, eftersom det också kan handla om att begreppet motion och idrott har utvidgats. (Merikivi m.fl. 2016, 7.)

I LIITU-undersökningen från 2016 ställdes en fråga om vilka idrottsanläggningar barn och unga använder. Klassificeringen av dessa grundade sig på den riksomfattande databasen över idrottsanläggningar LIPAS. Enligt enkätsvaren motionerar både flickor (75 procent) och pojkar (67 procent) allra mest på lederna för gång-, cykel- och mopedtrafik (figur 7) (Suomi m.fl. 2016). Pojkarna använder motionssalar, utomhusplaner och skolornas gårdar mer än flickorna, som föredrar att motionera i naturen.



Figur 7. Platser där flickor och pojkar motionerar utanför skoltid på fritiden cirka en gång i veckan eller oftare enligt LIITU-undersökningen (Suomi m.fl. 2016).

År 2016 sammanställdes ett styrkort om motion och idrott bland barn och unga och främjandet av den (Tammelin m.fl. 2016; Tulokortti 2016). Styrkortet sammanställdes som en del av ett internationellt projekt, där totalt 38 länder samlade in motsvarande information om motion och idrott bland barn och unga i sitt land. Man granskade motion och idrott bland barn och unga som helhet genom följande tio delområden: fysisk aktivitet som helhet, sittande och stillastående, småbarnspedagogiken, skolan, aktiva färder, motion och lek på eget initiativ, familj och kamrater, organiserad motion och idrott, beslut på kommunal nivå, den byggda miljön samt åtgärder på riksnivå. Granskning av resultaten indelade enligt kön var en grundprincip för Finlands styrkort. Alliansen Active Healthy Kids Global Alliance, som hade startat det internationella styrkortsprojektet, gav inga anvisningar till de deltagande länderna om att resultaten skulle granskas enligt kön, men nästan alla deltagarländer hade beaktat könsperspektivet i sina styrkort. Enligt resultaten är det ett globalt fenomen att pojkar är mer fysiskt aktiva än flickor. Det syns bland annat i resultaten för fysisk aktivitet

som helhet, organiserad motion och idrott, aktiva färder samt motion på eget initiativ. (Tuloskortti 2016.) (Report Card 2016.)

Flickors och pojkars fysiska funktionsförmåga

Som en del av uppföljningarna av programmet Skolan i rörelse gjordes under perioden 2013–2015 Move!-mätningar av barns och ungas fysiska funktionsförmåga i nio skolor. Cirka 1 500 elever deltog i mätningarna. Mätningarna bestod av fyra delar med likadana mätningar för flickor och pojkar: 20 meters skyttellöpning för mätning av uthållighet, höjning av överkroppen, 5-steg utan ansats och rörlighetsmätningar. (Sääkslahti m.fl. 2015.) För två av delmätningarna (armpress och kast-och-lyra-kombination) var anvisningarna olika för flickor och pojkar. Enligt de tidigare resultaten visade undersökningsmaterialet att de fysikaliska egenskaperna i genomsnitt var bättre hos de äldre eleverna än hos de yngre, samt bättre bland pojkarna än bland flickorna (Malina m.fl. 2004). Ett undantag utgjorde rörligheten, där flickornas resultat var bättre än pojkarnas.

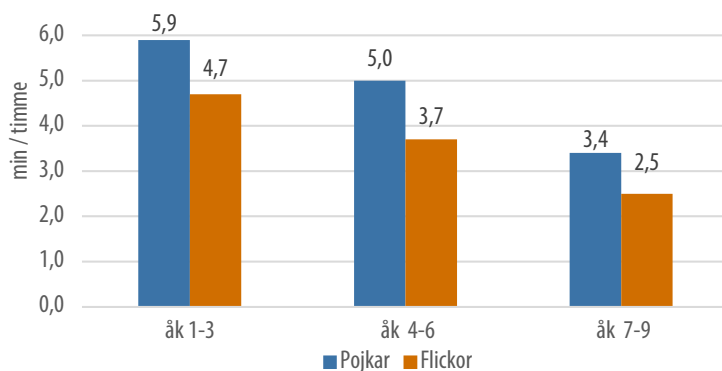
Det omfattande undersökningsmaterialet användes för forskning, men också som stöd när uppföljningssystemet för fysisk funktionsförmåga (Move!) togs i bruk. Uppföljningssystemet för fysisk funktionsförmåga togs i bruk i hela landet hösten 2016 och från och med 2018 deltar alla elever i årskurserna 5 och 8 i grundskolan. Move! producerar bland annat information om elevernas fysiska funktionsförmåga som kan användas i de omfattande hälsoundersökningarna som görs i årskurserna 5 och 8. Uppföljningen inkluderar bland annat mätningar av den fysiska funktionsförmågan som görs i skolorna, individuell respons som ges av läraren och hälsovårdaren samt datainsamlingssystemet Harava där hela det riksomfattande materialet samlas. Referensvärden beräknades ur materialet från uppföljningsundersökningen Oppilaiden liikunta ja hyvinvointi för Move!-systemets responssektion. Separata referensvärden har beräknats för flickor och pojkar samt för de olika åldersgrupperna..

3.2 Fysisk aktivitet under skoldagen

Skolan är en viktig faktor som styr barns och ungdomars fysiska aktivitet. Undersökningen i programmet Skolan i rörelse granskar elevernas fysiska aktivitet separat under skoldagen och under hela dagen (Tammelin m.fl. 2015). I genomsnitt en tredjedel (34 procent) av dagens raska fysiska aktivitet sker under skoldagen. Bland fysiskt inaktiva elever sker nästan hälften under skoldagen (42 procent). Av det dagliga stillasittandet sker 47 procent i skolan.

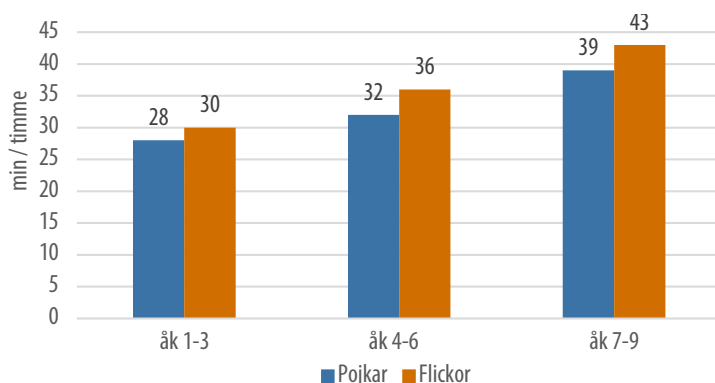
Pojkar är klart mer fysiskt aktiva under skoldagen än flickorna. Pojkar i årskurs 1–3 är mest fysiskt aktiva under skoldagen (figur 8). Minst fysiskt aktiva är flickorna i årskurs 7–9. Skill-

naden mellan könen är störst i årskurs 4–6, då pojkarna är fysiskt aktiva i genomsnitt 1,3 minuter i timmen mer än flickorna. (Tammelin m.fl. 2015.)



Figur 8. Mängden rask fysisk aktivitet hos flickor och pojkar under skoldagen (min/timme) (Tammelin m.fl. 2015).

Flickorna i alla åldersgrupper tillbringade mer stillasittande tid under skoldagen än pojkarna (figur 9) (Tammelin m.fl. 2015). I årskurs 1–3 är skillnaden mellan könen två minuter i timmen och i årskurs 4–9 fyra minuter i timmen.



Figur 9. Mängden stillasittande tid hos flickor och pojkar under skoldagen (min/timme) (Tammelin m.fl. 2015).

Yli-Piipari m.fl. (2016) har jämfört den fysiska aktiviteten hos finländska och amerikanska barn i årskurs 1–3 (6–8-åringar) under skoldagar med gymnastiklektioner och andra skoldagar. I båda länderna uppmättes mer fysiskt inaktiv tid bland flickorna än bland pojkarna, och skillnaderna mellan könen var desamma under skoldagar med gymnastiklektioner och andra skoldagar. I båda länderna uppmättes mer rask och ansträngande fysisk aktivi-

tet bland både flickor och pojkar under skoldagar med gymnastiklektioner jämfört med skoldagar utan gymnastiklektioner. (Yli-Piipari m.fl. 2016.)

Fysisk aktivitet under raster

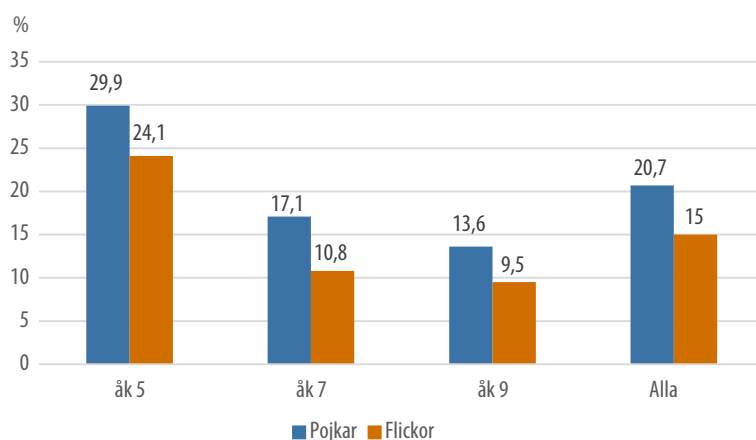
Barn och unga tillbringar flera timmar varje vecka på rast, så fysisk aktivitet under rasterna kan utgöra en avsevärd del av skolelevernas totala fysiska aktivitet. Deltagandet i fysisk aktivitet under rasterna hänför sig till de sociala faktorer som flickor och pojkar upplever i skolan, såsom kamratförhållanden och känslan av samhörighet samt stämningen i skolan (Haapala m.fl. 2014).

I LIITU-undersökningen utreds den fysiska aktiviteten under rasterna med tre frågor (Rajala m.fl. 2016). Svar på var eleverna tillbringar rasterna får man genom att fråga om eleverna tillbringar rasterna inomhus eller ute. Den fysiska aktiviteten under rasterna utreds med hjälp av två flervalsfrågor angående vad flickorna och pojkarna vanligtvis gör i skolan på rasterna. Resultaten har rapporterats enligt årskursnivå och kön.

Skillnaden mellan pojkarna och flickorna var obetydlig i fråga om var de tillbringar rasterna. Nästan alla flickor och pojkar på lågstadiet tillbringar rasterna ute. Av eleverna i årskurs 7 tillbringade 55 procent av pojkarna och 45 procent av flickorna sina raster ute. Av eleverna i årskurs 9 tillbringade 46 procent av pojkarna och 41 procent av flickorna sina raster ute. (Rajala m.fl. 2016, 46.)

Sittandet under rasterna granskades separat för ute- och innerasterna. Under uterasterna satt högstadieeleverna betydligt mer än lågstadieeleverna. Skillnaden mellan pojkarna och flickorna var obetydlig. Under innerasterna var sittandet betydligt vanligare än under uterasterna. En något större andel av pojkarna satt under alla eller de flesta rasterna. (Rajala m.fl. 2016, 47.)

Den totala mängden fysisk aktivitet under rasterna kan beskrivas med ett index som beskriver mängden fysisk aktivitet under raster (se Rajala m.fl. 2014). Indexet inkluderar gående, fysiskt aktiva spel och lekar, bollspel, att delta i handled motion under raster samt att leda fysiska aktiviteter under raster. Ju högre indexet som beskriver mängden fysisk aktivitet är, desto mer och raskare är elevernas fysiska aktivitet under rasterna (variationsbredd 0–63). Trovärdigheten hos indexet som beskriver den totala mängden fysisk aktivitet under rasterna har tidigare analyserats i relation till mängden fysisk aktivitet under raster som uppmätts med aktivitetsmätare, då mätarna har konstaterats ge samma resultat. (Rajala m.fl. 2014.) Enligt indexet som beskriver mängden fysisk aktivitet under raster fanns en tydlig skillnad mellan lågstadieelever och högstadieelever samt mellan könen i fråga om mängden fysisk aktivitet (figur 10). Pojkarna var mer aktiva än flickorna på alla årskursnivåer.



Figur 10. Index som beskriver mängden fysisk aktivitet under raster hos flickor och pojkar i årskurserna 5, 7 och 9 (variationsbredd 0–63, n=5446) (Rajala m.fl. 2016).

Subjektiv social status och fysisk aktivitet

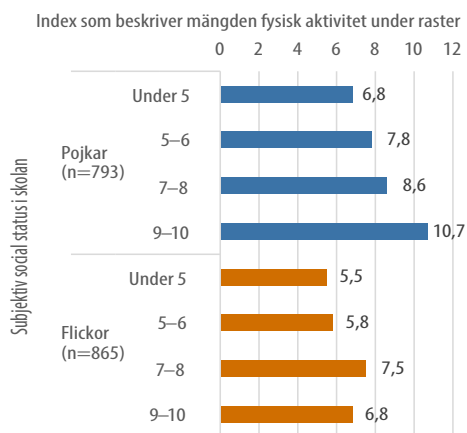
En ung persons subjektiva sociala status har två dimensioner: den ungas uppfattning om sin egen plats i skolgemenskapens sociala rangordning och den ungas uppfattning om sin familjs socioekonomiska status (Goodman m.fl. 2001). Det finns knappt någon forskning om sambandet mellan den subjektiva sociala statusen och fysisk aktivitet.

Den subjektiva sociala statusen kan mätas med hjälp av en trappstegsmodell med tio trappsteg (Goodman m.fl. 2001). I trappstegsmodellen beskriver de högsta trappstegen en social status som upplevs som hög och de lägsta trappstegen en status som upplevs som låg. De finländska högstadieläverna placerade oftast sig själva på trappstegen 7–8 på en skolgemenskapstrappa som beskriver social status (tabell 2). Flera pojkar än flickor placerade sig själva på de högsta trappstegen på trappan som beskriver skolgemenskapen. (Rajala m.fl. 2014.)

Tabell 2. Pojkars och flickors subjektiva sociala status i skolan (Rajala m.fl. 2014).

Subjektiv social status i skolan	Pojkar (n=809)	Flickor (n=869)
Medelvärde (standardavvikelse)	7,0 (2,1)	6,2 (2,1)
Under 5 (%)	11,2	20,7
5–6 (%)	20,4	29,1
7–8 (%)	47,2	39,4
9–10 (%)	21,1	10,8

Medelvärdet för indexet som mäter den totala mängden fysisk aktivitet under rasterna var högre bland pojkarna än bland flickorna (8,7 vs. 6,5), det vill säga enligt indexet var pojkarna mer fysiskt aktiva under rasterna än flickorna. (Rajala m.fl. 2014.) Både pojkarnas och flickornas uppfattning om sin subjektiva sociala status stod i samband med den fysiska aktiviteten på rasterna. De unga som upplevde att de hörde hemma på de högsta trappstegen i skolans hierarki var mer fysiskt aktiva under rasterna än de som placerade sig själva på de lägre trappstegen i hierarkin (figur 11). Pojkarna var mer aktiva än flickorna på alla nivåer av social status. (Rajala m.fl. 2014.)



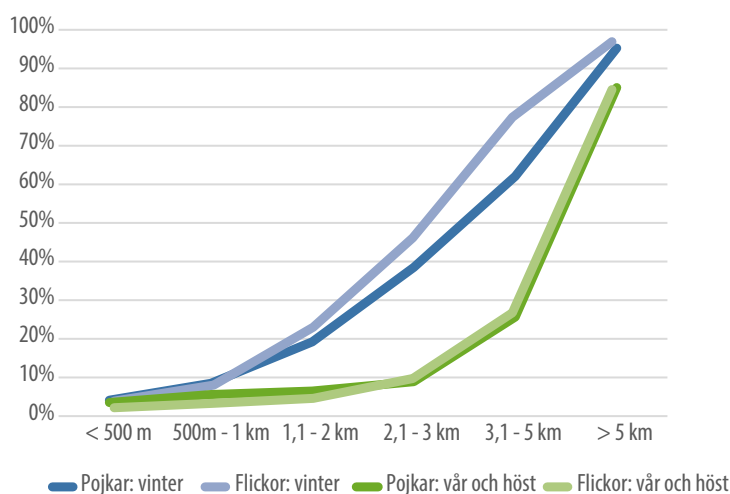
Figur 11. Pojkars och flickors subjektiva sociala status i skolan och fysiska aktivitet under rasterna enligt medelvärdena i indexet som beskriver fysisk aktivitet under raster (Rajala et al. 2014).

I undersökningen utreddes för flickornas del om de betydelser som de unga förknippade med lokalerna skilde sig från varandra i proportion till de ungas uppfattning om sin subjektiva status i skolgemenskapen. De flickor som uppfattade sin subjektiva sociala status som hög förknippade fler positiva betydelser med skolans lokaler än de flickor som uppfattade sin subjektiva sociala status som lägre. De upplevde också sin miljö för fysisk aktivitet och sin sociala rörelsefrihet som större. Skillnaderna hade anknytning till interaktionen mellan ungdomarna. (Rajala m.fl. 2015.) Ovan nämnda omständigheter kan förklara varför de flickor som uppfattade sin status i skolgemenskapen som hög rörde sig mer i skolans lokaler under skoldagen än de flickor som uppfattade sin sociala status som lägre.

Aktiva skolresor

Aktiva skolresor har utretts som en del av uppföljningen av programmet Skolan i rörelse 2012–2015 (Kallio m.fl. 2016a). I undersökningen deltog elever i årskurs 4–9. Antalet deltagare var totalt 5 107, av vilka 51 procent var flickor och 49 procent var pojkar. Data samlades in under lektionerna i form av en webbenkät, där deltagarna tillfrågades om skolresans längd samt hur de färdades sin skolväg på våren och hösten samt på vintern.

I Finland färdas största delen av både flickorna (93 procent) och pojkarna (92 procent) med en skolväg som är kortare än fem kilometer till skolan på egen hand på våren och hösten (figur 12). Under vintern är motsvarande siffror bland flickorna 75 procent och bland pojkarna 79 procent. Bland elever av båda könen blir det på samma sätt vanligare att färdas med motorfordon när skolresan är längre. Flickorna är något mer aktiva än pojkarna på våren och hösten när skolresorna är korta, medan pojkarna är mer aktiva än flickorna på vintern när resorna är 3–5 km långa. De största skillnaderna mellan könen ligger i valet av aktivt färdssätt. Det är vanligare att flickor promenerar till skolan, medan pojkar gärna åker cykel. Speciellt vintertid cyklar fler pojkar än flickor till skolan. (Kallio m.fl. 2016a.)

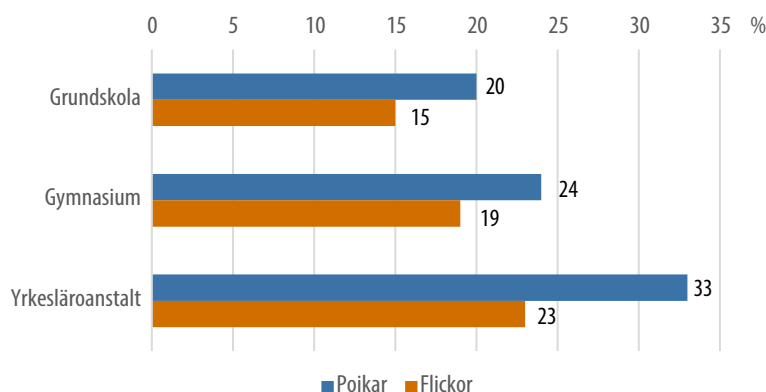


Figur 12. Andelen elever som färdas till skolan med motorfordon (%) indelade enligt skolresans längd. Andelar separat för flickor och pojkar på våren (gröna nyanser) och på hösten (blåa nyanser). (Kallio et al. 2016a.)

I den senaste LIITU-undersökningen har använts samma frågor för att utreda skolresan som i undersökningen Skolan i rörelse, och resultaten är likartade. Aktiva skolresor är lika vanliga bland pojkar och flickor, men det finns skillnader mellan könen i fråga om färdssätt: pojkarna cyklar till skolan oftare än flickorna och flickorna promenerar till skolan oftare än pojkarna. Skillnaden är störst på vintern, när pojkarna som cyklar är tre gånger fler än flickorna (pojkar 18 procent, flickor 6 procent). (Kallio m.fl. 2016b, 50.)

VINTERTID ÄR POJKARNA SOM CYKLAR TILL SKOLAN TRE GÅNGER FLER ÄN FLICKORNA.

I enkäten Hälsa i skolan har man sedan 2015 frågat deltagarna om skolresan med frågan: "Hur länge går eller cyklar du vanligtvis under skolvägen? Räkna in också sträckan till busshållplatsen och från busshållplatsen till skolan och hem." Frågan ger information om andelen studerande som färdas med moped eller bil och deras uppskattning av mängden tid de använder till aktiva skolresor. I enkäten utreds inte resans längd eller sättet att färdas aktivt. Skillnaderna mellan könen är uppenbara när man färdas med motorfordon: fler pojkar än flickor färdas till skolan med motorfordon (figur 13). Att färdas med motorfordon är vanligast bland både flickor och pojkar vid yrkesläroanstalter, där 33 procent av pojkarna och 23 procent av flickorna färdas hela vägen mer moped eller bil.



Figur 13. Andelen flickor och pojkar i grundskolor, gymnasier och yrkesläroanstalter som färdas skolvägen med motorfordon (Institutet för hälsa och välfärd THL 2015).

Fysisk aktivitet och lärande

Den försämrade fysiska konditionen och otillräckliga fysiska aktiviteten hos barn och unga har väckt oro över vilka konsekvenser ett stillasittande levnadssätt och försämrad fysisk kondition har – inte enbart på barns och ungas hälsa, utan också på deras lärande och skolframgång. Den större mängden fysisk aktivitet och den goda uthålligheten har i tidigare undersökningar förknippats med bättre kognitiv funktion och läranderesultat.

I en undersökning av fysisk aktivitet, hjärnan och lärandet (Liikunta, aivot ja oppiminen) utreddes hur den fysiska funktionsförmågens olika delområden, såsom uthållighet, styrka, snabbhet, rörlighet och motoriska färdigheter, anknyter till skolframgången. I undersökningen deltog 605 elever i årskurs 4–7 (medelålder 13,0 år, flickor 49 procent) våren 2013.

Undersökningen visade på ett positivt samband mellan skolframgång och egenskaper såsom god uthållighet, styrka och snabbhet i nedre extremiteterna, styrka i överkroppen samt kroppens rörlighet. Sambanden var till största delen desamma för flickor och pojkar. (Syväoja m.fl. 2015.)

Undersökningar av fysisk aktivitet och lärande visar ofta att sambanden är mycket likartade hos flickor och pojkar. I undersökningar beslutar man ofta att rapportera sambanden i samma modell medan könet kontrolleras. Effekten av sambandet mellan fysisk aktivitet och lärande är som förväntat liten, och för att kunna påvisa den krävs ett omfattande material. Genom att göra analysen gemensam för flickor och pojkar uppnår man ett bättre statistiskt värde jämfört med om materialet analyseras separat för flickor och pojkar. Om sambanden är likartade för flickor och pojkar är det motiverat att göra en gemensam analys. Då måste nivåskillnaden mellan könen kontrolleras i medelvärdet (responser). Sambanden kan också presenteras separat för flickor och pojkar, men samspelet mellan fysisk aktivitet och kön testas mer sällan. Först en granskning av samspelet skulle visa om sambanden är olika för flickor och pojkar.

Skolans personal

Enligt personalenkäten (n=3 687) i samband med programmet Skolan i rörelse 2017 finns inga märkbara skillnader mellan hur kvinnor och män förhåller sig till åtgärderna för motionsinriktning av skoldagen. Största delen av alla kvinnor och män som arbetar i skolan förhåller sig positivt till åtgärderna i programmet Skolan i rörelse.

I personalenkäten syntes skillnaden mellan könen i frågorna som gällde lärarnas egna åtgärder för att främja den fysiska aktiviteten under skoldagen (n=3 062). En klart större andel av kvinnorna använder funktionella undervisningsmetoder under de flesta eller alla lektionerna, som ger eleverna avbrott i de långa perioderna av stillasittande.

3.3 Vuxna

Den fysiska aktiviteten på fritiden hos vuxna finländare har följts upp regelbundet med olika enkäter. Informationen som samlas in med enkäter och andra självvärderingsmetoder anses i ljuset av den information vi har idag inte beskriva befolkningens fysiska aktivitet som helhet i tillräcklig omfattning. Undersökningar som är baserade på internationella objektiva mätningar har visat att data som grundar sig på egen anmälan å ena sidan ofta överskattar aktivitetens mängd och effekt (bl.a. Hagstormer m.fl. 2010; van Poppel m.fl. 2010) och å andra sidan underskattar mängden stillasittande (mm. Clark m.fl. 2009; Healy m.fl. 2011). Med hjälp av självvärderingsmetoder är det ytterst svårt att utreda sporadisk,

kortvarig fysisk aktivitet, som utövas i samband med andra aktiviteter, eller får information om korta pauser i stillasittandet, som kan vara viktiga för förebyggandet av olägenheter för hälsan på grund av fysisk inaktivitet (t.ex. de Duvivier m.fl. 2013; Thosar m.fl. 2015). För att mätningarna av fysisk aktivitet och inaktivitet ska vara tillförlitliga krävs att man parallellt med självutvärderingen använder objektiva mätmetoder, såsom användning av aktivitetsmätare (Hallal m.fl. 2012; Husu m.fl. 2014; Thorp m.fl. 2011). Enligt den nuvarande rekommendationen borde data från aktivitetsmätare samlas in i obehandlad form utan på förhand definierade, svårtolkade enheter (t.ex. counts/min) (Bassett m.fl. 2012; Intille 2012; Matthews m.fl. 2012). Användning av verkliga accelerationsdata skulle möjliggöra tillförlitlig jämförelse av olika tillverkares mätare och olika typer av aktivitet mellan undersökningarna (Husu m.fl. 2014).

Den oberoende betydelsen av fysisk inaktivitet eller stillasittande för befolkningens hälsa har identifierats först under de senaste åren. De senaste undersökningsresultaten har visat att fysisk inaktivitet, som ofta beskrivs som den tid som används till att sitta, är en oberoende riskfaktor för hälsan hos vuxna oavsett mängden rask och ansträngande fysisk aktivitet (bl.a. Katzmarzyk m.fl. 2009; Koster m.fl. 2012; Patel m.fl. 2010; Thorp m.fl. 2011). Än finns det inte lika omfattande information om fysisk inaktivitet hos vuxna finländare som om fysisk aktivitet (Husu m.fl. 2014).

Fysisk aktivitet bland kvinnor och män mätt med aktivitetsmätare

I Finland undersöktes den fysiska aktiviteten hos vuxna personer med aktivitetsmätare för första gången som en del av Institutet för hälsa och välfärds undersökning Hälsa 2011 (Husu m.fl. 2014; Husu m.fl. 2016c). Undersökningens målgrupp var vuxna personer i åldern 18–85 år, det vill säga både personer i arbetsför ålder och pensionärer ingick i gruppen. I undersökningen användes accelerometern Hookie AM 20 och i analysen inkluderades de deltagare som hade använts aktivitetsmätaren rätt i minst fyra dagar i minst tio timmar om dagen ($n=1\,587$). Aktivitetsmätaren samlar in data direkt (100 prov/s) av all fysisk aktivitet som verklig acceleration med trevägsmätningar. Med hjälp av analysalgoritmer för accelerationsdata identifieras fysisk aktivitet av olika intensitet och inaktivitet samt deras varaktighet. Utifrån den insamlade informationen delades den fysiska aktiviteten in i tre klasser: lätt, rask och ansträngande fysisk aktivitet. Identifieringen av steg skedde genom beräkning av en impuls från accelerationen. För att en impuls som klassificeras som ett steg skulle uppstå krävdes en hastighet på cirka 3 km/h. Om en luftfärd noterades i accelerationssignalen mellan på varandra följande steg, klassificerades steget som ett springsteg. Som fysisk inaktivitet klassificerades tid som tillbringats sittande, liggande och stående under den vakna tiden.

I undersökningen Hälsa 2011 var deltagarnas medelålder 52 år och 57 procent av dem var kvinnor. Enligt de objektiva mätningarna (Husu m.fl. 2014; Husu m.fl. 2016c) tillbringar bå-

de kvinnor och män största delen av sin vakna tid sittande, liggande eller stående. Största delen av den fysiska aktiviteten är lätt och når inte nivån för hälsofrämjande fysisk aktivitet enligt de nuvarande rekommendationerna. Männen utövade med rask eller ansträngande fysisk aktivitet i alla åldersgrupper. Det fanns inga betydande skillnader mellan könen i fråga om mängden lätt fysisk aktivitet. I alla åldersgrupper fanns både mycket aktiva och mycket inaktiva kvinnor och män. För yngre personer uppmättes mer rask eller ansträngande fysisk aktivitet än för äldre personer, men den individuella variationen var stor, i synnerhet bland män under 30 år.

Åren 2009–2011 mättes unga vuxnas fysiska aktivitet med aktivitetsmätare i undersökningen ESTER (Ennenaikainen syntymä, raskaus ja lapsen terveys aikuisiässä). I mätningarna deltog 224 män och 314 kvinnor i åldern 19–26 år. Bland kvinnorna uppmättes mer lätt fysisk aktivitet än bland männen (Kantomaa m.fl. 2016). Männen utövade mer rask eller ansträngande fysisk aktivitet. Skillnaden mellan könen i fråga om rask och ansträngande fysisk aktivitet försvann om man ställde som villkor att den fysiska aktiviteten skulle pågå oavbruten i minst tio minuter. Resultatet stöder uppfattningen att män och kvinnor utövar olika typer av fysisk aktivitet.

MÄN UTÖVAR MER RASK ELLER ANSTRÄNGANDE FYSISK AKTIVITET UNDER DAGEN ÄN KVINNOR. KVINNOR UTÖVAR MER LÄTT FYSISK AKTIVITET.

Antalet steg hos vuxna har mätts i undersökningen LASERI (Lasten ja nuorten seipävaltimotautien riskitekijät) 2007 och 2011. År 2011 deltog 392 män och 641 kvinnor i mätningarna. Kvinnorna tog fler steg dagligen än männen. Kvinnorna tog 8 029 steg dagligen och männen 7 049 steg (medianvärde, Salin m.fl. 2015). I undersökningen Hälsa 2011 tog männen däremot fler steg än kvinnorna (Husu m.fl. 2014). Undersökningsgruppens representativitet kan inverka på resultaten. I undersökningen Hälsa 2011 producerade bara en tredjedel av alla som inbjudits att delta i undersökningen tillräckligt med aktivitetsmätardata, vilket begränsar möjligheten att generalisera resultaten. De som använt mätaren tillräckligt var i genomsnitt högt utbildade och upplevde sin hälsa som bättre än de som använt mätaren för litet eller inte alls. Endast 36 procent av 30–44-åriga män som inbjudits deltog i undersökningen, vilket kan inverka på resultatens representativitet.

Enligt resultaten av Hälsa 2011 uppmättes i genomsnitt mer stillasittande tid bland männen än bland kvinnorna (8 h 40 min/dag vs. 8 h 4 min/dag). Bland kvinnorna uppmättes i genomsnitt färre långa (≥ 30 min) perioder av stillasittande än bland männen. Kvinnorna stod också mer än männen. Kvinnornas avbröt sitt sittande under dagen genom att stiga upp i genomsnitt tre gånger mer än männen. (Husu m.fl. 2016.)

**MÄN TILLBRINGAR 8 TIMMAR OCH 40 MINUTER UNDER
DAGEN SITTANDE, KVINNOR 8 TIMMAR OCH 4 MINUTER.**

I undersökningen Hälsa 2011 nådde en knapp fjärdedel av deltagarna rekommendationen för hälsofrämjande uthållighetsmotion, vilket är betydligt färre än man rapporterat enligt tidigare enkätundersökningar. Enligt objektiva mätningar nådde fler kvinnor än män rekommendationen i åldersgrupperna 18–39 och 50–59 år, medan fler män nådde rekommendationen i åldersgrupperna 40–49 och över 60 år. (Husu m.fl. 2014.)

Mängderna rask och ansträngande fysisk aktivitet i undersökningsgruppen i Hälsa 2011 var i genomsnitt större än i tidigare internationella undersökningar (t.ex. Hansen m.fl. 2012; Healy.fl. 2008; Spittaels m.fl. 2012), men det är svårt att jämföra undersökningarna sinsemellan eftersom den aktivitetsmätare som användes i den här undersökningen inte används i någon större utsträckning. Dessutom varierar analysmetoderna och gränsvärdena som används i de olika undersökningarna. Som svagheter hos aktivitetsmätarna kan betraktas att de inte identifierar aktivitet med de övre och nedre extremiteterna på ett tillförlitligt sätt om kroppen inte är i upprätt ställning samt att de inte är vattentäta. Därför registreras intensiteten för exempelvis styrketräning, yoga och simning inte exakt av mätarna. De befintliga analysalgoritmerna är också inexakta vid mätning av intensiteten när man cyklar och skidar. (Husu m.fl. 2014.)

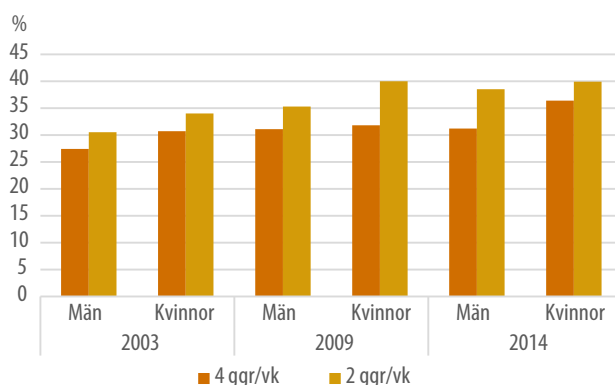
Undersökningen ERMA, som utreder sambanden mellan kvinnors reproduktiva hälsa och fysisk aktivitet, mätte objektivt den fysiska aktiviteten hos kvinnor i åldern 48–55 år. De 703 kvinnor som deltog i undersökningen ombads använda ActiGraph-aktivitetsmätare under den vakna tiden under en sjudagarsperiod. Som gräns för acceptabla data fastställdes tio timmars användning under minst fyra dagar. Hela 94 procent av deltagarna använde mätaren alla de sju dagarna. I genomsnitt användes mätaren 15 timmar i dygnet. Av deltagarna i undersökningen nådde 39 procent kravet på 150 minuter ansträngande fysisk aktivitet eller MVPA i veckan enligt rekommendationen. En del av variationen i mängden fysisk aktivitet kan förklaras med bäckenbotten- och menopaussymptom som ska beaktas i främjandet av fysisk aktivitet. (Laakkonen m.fl. 2017.)

Fysisk aktivitet bland kvinnor och män i enkäterna

Hälsan och levnadsvanorna hos personer i arbetsför ålder (15–64-åringar) har följts upp med hjälp av årliga postenkäter i undersökningen om den finländska vuxenbefolkningens hälsobeteende och hälsa (AVTK) 1978–2014. Besvarandet av postenkäter har förändrats under den här tiden: De första enkäterna lämnades obesvarade av 17 procent av männen och 14 procent av kvinnorna. År 2014 lämnades enkäten obesvarad av 41 procent av kvinnorna och hela 54 procent av männen (Helldán & Helakorpi 2015, 10). Sedan 2015 har AVTK-undersökningen varit en del av undersökningen Vuxenbefolkningens hälsa, välfärd och service (ATH), som följer upp förändringar i välfärd och hälsa hos hela befolkningen och olika befolkningsgrupper. Information om den fysiska aktiviteten hos pensionärer har fram till 2014 samlats in i THL:s undersökning om den pensionerade befolkningens hälsobeteende och hälsa (EVTK). EVTK-undersökningen har genomförts som postenkät vartannat år sedan 1985. Åren 1985–1989 var 65–79-åringar målgrupp för undersökningen och 1993–2013 bestod målgruppen av 65–84-åringar. Sedan 2015 ingår också EVTK-undersökningen i undersökningen Vuxenbefolkningens hälsa, välfärd och service (ATH). Sedan hösten 2017 fortsätter ATH-undersökningen under namnet FinSote.

Enligt AVTK-undersökningen har den fysiska aktiviteten på fritiden ökat sedan slutet av 1970-talet bland både män och kvinnor, medan aktiv pendling har minskat. Den fysiska aktiviteten på fritiden har ökat på alla utbildningsnivåer, men män på den högsta utbildningsnivån motionerar något mer på fritiden än män på de lägre utbildningsnivåerna. Bland kvinnor är skillnaderna mellan olika utbildningsnivåer i fråga om fysisk aktivitet på fritiden fortfarande små. (Helldán & Helakorpi 2015.)

År 2014 uppgav 54 procent av männen och 60 procent av kvinnorna att de motionerar på fritiden minst tre gånger i veckan. Den här typen av motion på fritiden rapporterades minst av 35–44-åringarna: 48 procent av männen och 55 procent av kvinnorna. Hela 70 procent av männen och 76 procent av kvinnorna uppgav sig motionera på fritiden åtminstone en halv timme i taget minst två gånger i veckan. 31 procent av männen och 36 procent av kvinnorna uppgav att de motionerar minst fyra gånger i veckan. Andelen personer som motionerar på fritiden minst fyra gånger i veckan har stannat på ungefär samma nivå sedan mitten av 1990-talet, då trenden började följas upp i den här undersökningen. (Helldán & Helakorpi 2015, 19–20.) Andelen män och kvinnor som motionerar på fritiden minst två och minst fyra gånger i veckan 2013–2014 illustreras i figur 14.

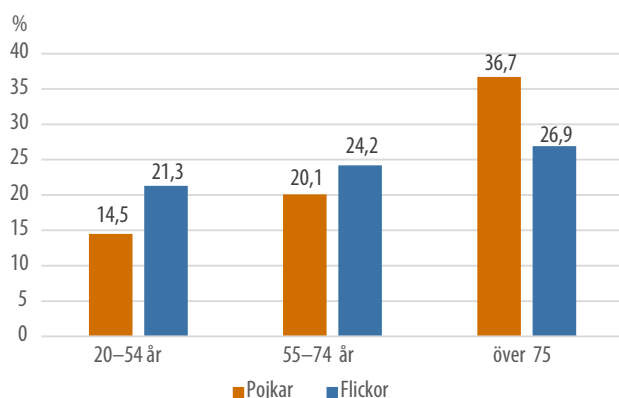


Figur 14. Andelen män och kvinnor som motionerar på fritiden minst två och minst fyra gånger i veckan åtminstone en halv timme i taget bland män och kvinnor i åldern 15–64 år 2003–2014 enligt AVTK-undersökningen (Helakorpi m.fl. 2003; Helakorpi m.fl. 2010; Helldán & Helakorpi 2015).

Aktiv pendling är populärare bland kvinnor än bland män. Av de arbetande männen uppgav 32 procent att de promenerar eller cyklar till arbetet minst 15 minuter dagligen. Bland kvinnorna var motsvarande andel 41 procent. 15 procent av både männen och kvinnorna använde minst 30 minuter dagligen till att cykla eller promenera till och från arbetet. (Helldán & Helakorpi 2015, 19–20.)

Resultaten av undersökningen Vuxenbefolkningens hälsa, välfärd och service (ATH) rapporteras som tidsserier i Institutet för hälsa och välfärd THL:s avgiftsfria webbtjänst. De fem indikatorerna på fysisk aktivitet är: 1) andelen personer som regelbundet utövar minst konditionsträning flera timmar i veckan (%), 2) andelen personer som inte motionerar på fritiden (%), 3) personer som utövar uthållighetsmotion och muskelstyrketräning enligt rekommendationen (%), 4) personer som delvis utövar uthållighetsmotion eller muskelstyrketräning enligt rekommendationen (%), samt 5) personer som utövar otillräckligt mycket uthållighetsmotion eller muskelstyrketräning (%). Svaren kan indelas enligt kön samt exempelvis enligt åldersgrupp, region eller utbildningsnivå. (Kaikkonen m.fl. 2015; Murto m.fl. 2016.)

Enligt resultaten av ATH-undersökningen uppgav 25 procent av männen och 20 procent av kvinnorna att de utövar konditionsträning regelbundet flera timmar i veckan, medan 23 procent av männen och 19 procent av kvinnorna uppgav att de inte motionerar på fritiden över huvud taget. Andelen ökar med åldersklasserna (figur 15). En större andel av männen i åldersklassen 20–74 år uppgav att de inte motionerar på fritiden, men i åldersklassen över 75 år är andelen kvinnor som inte motionerar större än andelen män. (Kaikkonen m.fl. 2015.) Andelen personer som inte motionerar alls ökar i takt med att åldern stiger. Enligt THL:s (2014) rapport uppgav 49 procent av kvinnorna och 34 procent av männen som fyllt 80 år att de inte motionerar (Sainio m.fl. 2014).



Figur 15. Andelen kvinnor och män som inte motionerar på fritiden (%), per åldersgrupp enligt ATH-enkätundersökningen (Kaikkonen 2015).

Resultaten av enkäten Hälsa 2011 (Mäkinen m.fl. 2012) överensstämmer med resultaten av AVTK- och ATH-undersökningarna: kvinnor i arbetsför ålder motionerar mera än män på fritiden, men bland pensionärer är situationen omvänd. Kvinnor är mer aktiva pendlare. Av kvinnorna i åldern 30–64 år uppgav mer än en fjärdedel att de promenerar eller cyklar till och från arbetet, medan endast var sjätte man gör detsamma. Aktiv pendling minskade bland männen i takt med åldern, men bland kvinnorna syntes ingen skillnad mellan åldersgrupperna. (Mäkinen et al. 2012.)

Personer som fyllt 75 år motionerade minst på fritiden: 42 procent av männen och 55 procent av kvinnorna uppgav att de inte motionerar på fritiden över huvud taget. Andelarna personer som inte motionerar på fritiden var stora också i de yngre åldersklasserna: nästan en tredjedel av de 30–64-åriga männen och de 45–54-åriga kvinnorna uppgav att de inte motionerar på fritiden. (Mäkinen m.fl. 2012.)

Enkäterna Hälsa 2011 och ATH granskar hur deltagarna nått rekommendationerna för hälsomotion (Kaikkonen m.fl. 2015; Mäkinen m.fl. 2012). Enligt ATH-enkäten utövar 15 procent av männen och 20 procent av kvinnorna fysisk aktivitet enligt rekommendationerna för hälsomotion (Kaikkonen 2015). I enkäten Hälsa 2011 är siffrorna lägre: enligt forskarna är det särskilt oroväckande att 90 procent av finländarna inte når rekommendationerna för hälsomotion. Det fanns inga betydande skillnader mellan könen. (Mäkinen m.fl. 2012.)

Stenholm m.fl. (2016) har forskat i förändringarna i den fysiska aktiviteten i samband med pensioneringen. Målgrupp för undersökningen var 9 488 anställda inom den offentliga sektorn som gick i pension under perioden 2000–2011. Material samlades in i fyra omgångar under tio år före och tio år efter att deltagarna gått i pension. Fyra variabler för fysisk aktivitet (total aktivitet, rask fysisk aktivitet, ansträngande fysisk aktivitet, fysisk inaktivitet) beräknades separat för män och kvinnor. I artikeln som publicerats om undersökningen beskrivs inte exakt skillnaderna mellan könen, men skillnaderna har inklude-

rats i artikelns bilagor. Enligt resultaten är män i genomsnitt mer aktiva än kvinnor. De fyra variablerna för fysisk aktivitet reagerar i stort sett på samma sätt för män och kvinnor, det vill säga män och kvinnor som går i pension är fysiskt aktiva mer sällan och intensiteten minskar: strax före pensionsåldern minskar den fysiska aktiviteten hos både män och kvinnor, men ökar sedan på nytt när de gått i pension för att än en gång minska efter några år som pensionär. (Stenholm m.fl. 2016.)

Hos äldre personer ökar klyftan mellan viljan att motionera och förverkligandet. När livsmiljön krymper minskar autonomin och livskvaliteten försämras. Livsmiljön kan också krympa för en närståendevårdare. (Rantakokko 2017.)

Fysisk kondition bland kvinnor och män

I samplet från idrottsområdet i undersökningen Hälsa 2011 mättes för första gången den fysiska konditionen bland kvinnor och män i åldern 18–74 år i ett stort sampel som representerar hela befolkningen. Mätningarna gjordes med UKK-institutets konditionstest, vars resultat ger information om individens fysiska kondition och förutsättningar för funktionsförmåga samt förutsäger framtida hälsotillstånd och funktionsförmåga. Konditionstesten omfattade fyra olika test: stående på ett ben, statiskt hopp, modifierad armpress och sex minuters gångtest. Minst ett konditionstest genomfördes av 809 män och 1 009 kvinnor. Männens resultat i alla konditionstesten var i genomsnitt bättre än kvinnornas resultat. Männen klarade sig bättre än kvinnorna särskilt i statiskt hopp och gångtestet. Konditionen i de äldre åldersgrupperna var i genomsnitt sämre än i de yngre åldersgrupperna för både män och kvinnor. (Suni et al. 2012.)

Programmet I form för livet har publicerat resultaten av test som gjordes på vuxna personer på 40 orter under en långtradarturné som ordnades hösten 2016 i samband med kampanjen Resan till god kondition. Materialet omfattar totalt 6 683 kvinnor och 4 503 män. I resultaten uppgav 50 procent av kvinnorna och 40 procent av männen att de ofta eller nu och då känner sig oskäligt utmattade efter arbetsdagen. Ju bättre den fysiska konditionen och arbetsförmågan var enligt männens och kvinnornas uppskattning, i desto mindre skala upplevde de utmattning. (Resultat av långtradarturnén Resan till god kondition 2016.)

I test som forskningscentret LIKES genomförde 2007–2017 (kvinnor 12 060 och män 18 888) uppgav 45 procent av kvinnorna och 42 procent av männen att de ofta eller nu och då känner sig oskäligt utmattade efter arbetsdagen. Resultat som beskriver uthålligheten finns för 53 459 personer. Materialet visar att den genomsnittliga maximala syreupptagningsförmågan (VO2max) hos kvinnor är 33,9 ml/kg/min och hos män 40,2 ml/kg/min. Uthållighetskonditionen hos cirka 70 procent av både män och kvinnor är på rekommenderad nivå. (Opublicerat material.)

FYSISK AKTIVITET OCH SKILLNADER MELLAN KÖNEN

- Pojkar är mer fysiskt aktiva än flickor och aktiviteten är intensivare. Skillnaden mellan könen märks redan bland treåringar, är störst i lågstadiet och minskar i ungdomen.
- I alla åldersgrupper finns fler pojkar än flickor som har nått motionsrekommendationen.
- Den fysiska funktionsförmågan är bättre hos pojkar än hos flickor.
- Män utövar mer rask eller ansträngande fysisk aktivitet än kvinnor.
- Kvinnor tar fler steg och utövar mer lätt fysisk aktivitet än män.
- Kvinnor och män tillbringar största delen av dagen sittande, liggande eller stående. Män tillbringar mer tid sittande än kvinnor.
- I konditionstest är männens resultat i genomsnitt bättre än kvinnornas resultat.

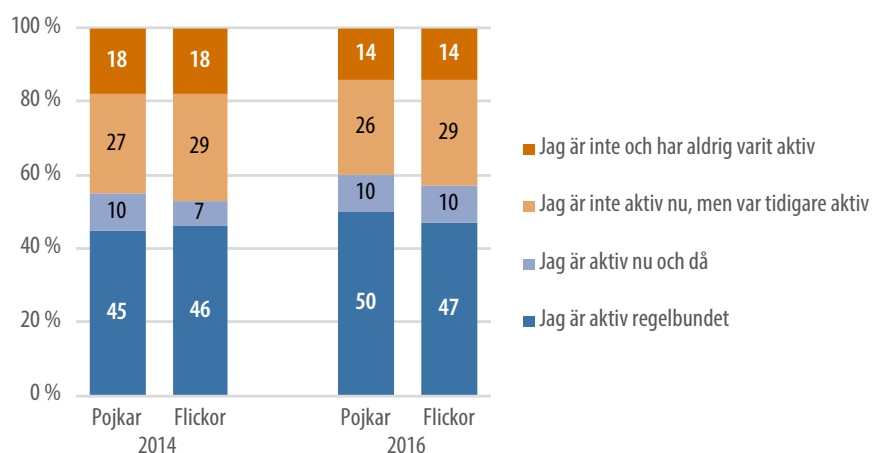
4 Styrning av män och kvinnor till olika grenar

Att påvisa motions- och idrottsektorns livskraft, det vill säga att föra statistik över aktiviteten, har betraktats som ett verktyg för att motivera motionens och idrottens samhälleliga betydelse (Statens idrottsråd 2013). För medborgarverksamheten är kunskapsunderlaget och dess användning förutsättningar för utvecklingen. Olika register ger information indelad enligt kön. Det väsentliga med tanke på utvecklingen är hur idrottsorganisationerna själva använder informationen.

4.1 Deltagande i föreningsverksamhet

Idrottsföreningsverksamheten spelar fortfarande en viktig roll i och med att de inspirerar barn och unga till fysisk aktivitet och erbjuder hobbyer. Största delen av både flickor och pojkar är aktiva inom en idrottsförening i något skede under barndomen eller ungdomen.

Enligt LIITU-undersökningen (n=4 550) var 60 procent av pojkarna och 57 procent av flickorna i åldern 9–15 år aktiva i en idrottsförening 2016 (figur 16). I undersökningen tolkades trenden så att det blivit allt vanligare bland både pojkar och flickor att vara aktiva i en idrottsförening mellan 2014 och 2016. (Mononen m.fl. 2016, 29–30.)



Figur 16. Andelarna flickor och pojkar som var aktiva i en idrottsförening 2014 (n=2 736) och 2016 (n=4 550) enligt LIITU-enkätundersökningen (Mononen et al. 2016).

Enligt undersökningen om ungdomars fritid (n=1 118) tränade 37 procent av pojkarna och 33 procent av flickorna i en idrottsförening (Merikivi m.fl. 2016, 84). Siffrorna är klart lägre än i LIITU-undersökningen, eftersom åldersgruppen är större i undersökningen om ungdomars fritid (7–29 år) och man vet att föreningsaktiviteten minskar med åldern.

En minskning av deltagandet i idrottsföreningarnas verksamhet bland både flickor och pojkar kommer fram snabbare i undersökningen om ungdomars fritid än i andra undersökningar (t.ex. Aira m.fl. 2013; Myllyniemi & Berg 2013). Enligt undersökningen om ungdomars fritid slutar flickor delta i föreningsverksamhet i genomsnitt vid 14,8 års ålder och pojkar vid 14,3 års ålder. Somliga slutar också som yngre, med toppen för båda könen infaller i åldern 14–15 år. Bland 15-åringarna uppgav 26 procent av flickorna och endast 22 procent av pojkarna att de tränar i en idrottsförening – mer än hälften av pojkarna slutar alltså träna efter 14 års ålder. (Merikivi m.fl. 2016, 85–87.) I undersökningen om ungdomars fritid misstänks resultaten peka på en vändning i deltagandet i idrottsföreningarnas verksamhet som har lett till att endast cirka var fjärde av ungdomarna fortsätter träna aktivt som 15-åring. Trots att pojkarnas deltagande i idrottsföreningarnas verksamhet återhämtar sig något med åldern minskar antalet föreningsaktiva tvärt i tonåren. Resultaten har fått forskarna att begrunda varför deltagandet i föreningsverksamheten minskar så radikalt i tonåren. Som förklaring föreslås kostnaderna för deltagandet, den ökade tävlingsinriktningen i idrottsföreningarna samt det minskade intresset för att träna i idrottsföreningar bland 15–19-åringarna. (Merikivi m.fl. 2016.)

Skillnader mellan könen förekommer i fråga om vilka grenar man tränar i idrottsföreningar. Enligt LIITU-undersökningen var de populäraste första grenarna bland pojkarna fotboll (38 procent av respondenterna), ishockey (13 procent) och innebandy (12 procent), samt bland flickorna dans (17 procent), gymnastik (15 procent) och ridning (13 procent). De

populäraste huvudsakliga grenarna bland pojkarna var fotboll (27 procent), innebandy (15 procent) och ishockey (14 procent), som tydligt avvek från de övriga grenarna. Den fjärde mest populära grenen bland pojkarna var korgboll (3 procent). De populäraste huvudsakliga grenarna bland flickorna var dans (17 procent), ridning (16 procent), fotboll (10 procent) och gymnastik (9 procent). Det fanns inga skillnader mellan könen i fråga om antalet grenar som utövas. (Mononen m.fl. 2016, 28, 119.)

En viss skillnad kunde noteras mellan könen i fråga om antalet träningar för barn och ungdomar som deltar i idrottsföreningarnas verksamhet. Andelen flickor var större bland dem som tränar en gång i veckan med tränare och andelen pojkar bland dem som tränar mer än fyra gånger i veckan med tränare. Nästan tre femtedelar av pojkarna och cirka hälften av flickorna uppgav sig träna sin egen huvudsakliga gren på egen hand minst två gånger i veckan. Flickornas andel var större bland dem som uppgav att de inte alls tränar på egen hand. Enligt LIITU-undersökningen tränar pojkar lite oftare än flickor både med tränare och på egen hand. Dessutom tränade pojkarna (77 minuter) sin huvudsakliga gren på egen hand längre än flickorna (63 minuter). (Mononen m.fl. 2016, 30–31.)

Majoriteten (76 procent) av de flickor och pojkar ($n = 3\,054$) som tränar i en idrottsförening deltog eller hade under den senaste säsongen deltagit i tävlingsverksamhet. Pojkarna deltog oftare än flickorna i serier eller tävlingar på lokal eller regional nivå eller på riksnivå. En större andel av flickorna deltog inte alls i tävlingar eller deltog endast på hobbynivå. (Mononen m.fl. 2016, 31–32.) En större andel av pojkarna som tränar i idrottsföreningar än flickorna hade tävlingsinriktade mål, det vill säga strävade efter att nå framgång i serier för juniorer eller vuxna på nationell eller internationell nivå. 31 procent av pojkarna och 41 procent av flickorna hade tävlingsinriktade mål. (Mononen m.fl. 2016, 32.)

I början av 2017 var 850 barn och unga, av vilka 36 procent var flickor, medlemmar i Finlands Handikappidrott och -motion VAU rf:s Sporttiklubi. Valtti-programmet för barn som behöver särskilt stöd, där en personlig instruktör eller konsult ledsagar barnet, fick 367 ansökningar 2016. En tredjedel av dessa var flickor. I landslagen för handikappidrottare är andelen kvinnor lägre. Antalet deltagare i tävlingar är litet, vilket leder till en negativ spiral: grenar försvinner och kategorier slås samman. (Saari 2017.)

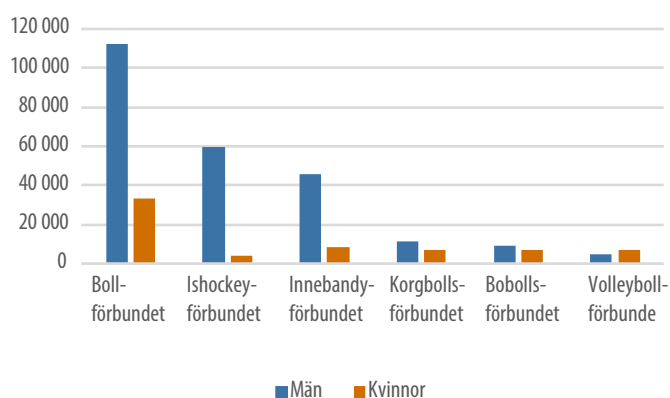
4.2 Fördelning av licenser mellan könen

Idrottens licenssystem ger information om könsfördelningen bland utövare av olika grenar. Olika grenar har egna licenssystem och skillnaderna mellan systemen är påtagliga. Grunderna för registrering av licenser och statistikföringen varierar, och varje grenförbund har sitt

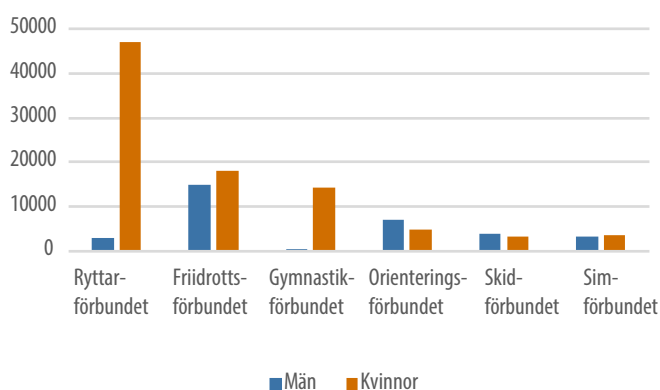
eget system utgående från grenens behov. Därför är möjligheterna att använda materialet begränsade och det är omöjligt att jämföra antalet utövare av olika grenar sinsemellan.

Grenförbundens licensuppgifter som presenteras i denna rapport grundar sig på enkätmaterial som samlats in av Forskningscentralen för tävlings- och toppidrott KIHU och Stiftelsen för forskning i idrott och hälsa LIKES, samt på grenförbundens uppföljningsmaterial. I båda materialen har licensuppgifterna lämnats av grenförbunden själva.

Mätt med antalet licenser har fotbollen flest utövare; det finns mer än 140 000 spelare som har löst licens. Av fotbollslicenserna innehas 77 procent av män och 23 procent av kvinnor. Männen är i klar majoritet i de stora lagsporterna (figur 17). I de individuella grenarna verkar könsfördelningen vara jämnare än i lagsporterna (figur 18). Av de individuella grenarna är gymnastik, ridning och konståkning klart kvinnodominerade.



Figur 17. Antalet licenser för män och kvinnor inom de sex största lagsporterna.



Figur 18. Antalet licenser för män och kvinnor inom de sex största individuella grenarna.

Licenssystemet är endast ett sätt att få information om könsfördelningen bland utövare av olika grenar. Licenssystemet ger ingen komplett bild av utövarna i alla grenar, eftersom grenarna kan utövas organiserat också utan att lösa licenser. Exempelvis inom gymnastiken finns många utövare som inte är registrerade i licenssystemet och föreningarna, regionerna och förbunden ordnar egna tävlingar där man kan delta utan licens. År 2016 delade Finlands Gymnastikförbund ut 48 275 gymnastikpass avsedda för barnverksamheten till föreningarna, vilket är mer än tre gånger så många som antalet licenser. Även inom orienteringen är antalet utövare mångdubbelt större än antalet licenser, eftersom majoriteten av utövarna deltar i motionsorienteringen som ordnas varje vecka, där det inte krävs licens eller medlemskap i en förening för att delta.

4.3 Licensmaterial som verktyg för utveckling av grenarna

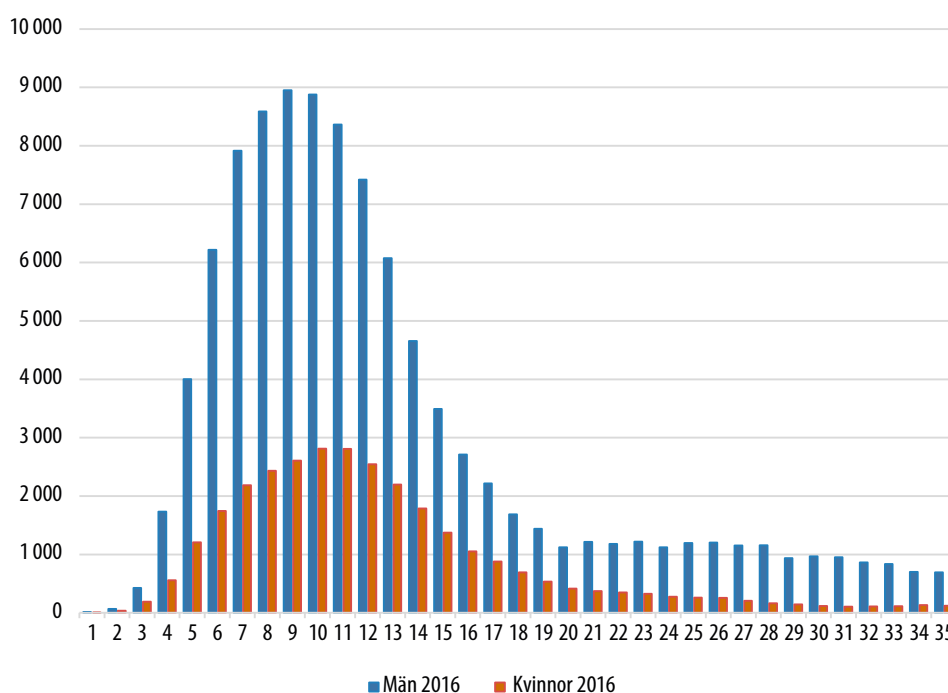
Registreringen av utövare – i allmänhet i ett licenssystem – ger konkret information om hur män och kvinnor deltar i grenförbundets verksamhet. Antalet utövare och könsfördelningen inom olika grenar är inte permanenta, utan det är möjligt att påverka dem. Licensmaterialet kan utgöra en källa till uppföljningsinformation för grenförbunden och på så sätt vara ett verktyg i arbetet med att locka nya utövare samt utöka andelen utövare av det kön som är i minoritet.

Fotboll

Informationen i licensmaterialet har medvetet använts av Bollförbundet till att utveckla grenen sedan början av 2000-talet. Utvecklingen av antalet spelare har följts upp med hjälp av licensmaterialet årligen, enligt kön och enligt region. Fotbollen har varit en av de grenar som snabbast har lyckats påverka könsfördelningen. Antalet flickor och kvinnor började öka inom fotbollen redan i slutet av 1980-talet och ökningen blev allt kraftigare i början av 2000-talet. På basis av den nationella idrottsundersökningen (2007) visste man att intresset för att börja spela fotboll fortfarande var större än det verkliga antalet utövare. Bollförbundet lyckade snabbt utöka antalet flickspelare ytterligare, bland annat genom sina egna utvecklingsprogram för föreningarna. Ett mål var också att få med ännu yngre flickor i verksamheten, eftersom flickorna började spela senare än pojkarna. I det syftet har man infört exempelvis det danska konceptet med prinsessfotboll (Hokka 2014). Bollförbundet lyckades också dra nytta av EM-turneringen för damer, som spelades i Helsingfors, och slå ett slag för flickfotbollen (Hakamäki 2014). Det satsas fortfarande på dam- och flickfotbollen också internationellt. Internationella fotbollsförbundet UEFA lanserade i juni 2017 sin nya kampanj Together #WePlayStrong, som syftar till att stödja flick- och damfot-

bollen. Vid Bollförbundet är man nöjda med det ökade antalet flickspelare, men förbundet vill fortfarande locka fler kvinnor till förenings- och förbundsverksamheten. I relation till antalet utövare är kvinnorna underrepresenterade framför allt i beslutsprocessen och på tränarposterna. År 2015 startades utbildningen Naiset Jalkapallojohtajina (Kvinnor som fotbollsledare) för att åtgärda detta. (Korsberg 2017.)

I figur 19 presenteras antalet fotbollslicenser enligt ålder och kön 2016. Utöver att beräkna antalet flickor och pojkar kan figuren granskas till exempel med tanke på startålder eller drop out-siffror. I exemplet finns flest licenser för pojkar bland 9-åringarna och för flickor bland 10-åringarna. Bland pojkar är drop out-siffrorna större, det vill säga antalet spelare börjar sjunka snabbare än bland flickorna. Licenskurvan är likartad för flera grenar: det finns flest licenser bland 10–12-åringarna och därefter börjar antalet minska.



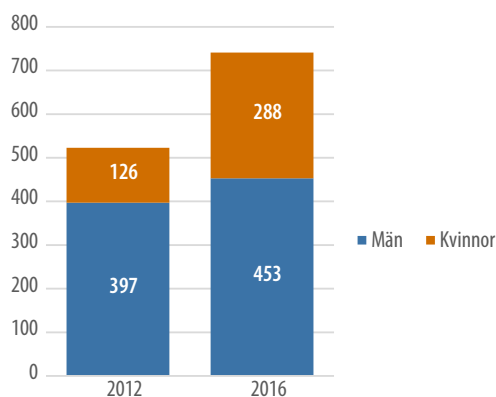
Figur 19. Finlands Bollförbunds registrerade spelare 2016 enligt ålder och kön.

Amerikansk fotboll

Vid förbundet för amerikansk fotboll Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto (SAJL ry) har man under senaste åren börjat fästa uppmärksamhet vid jämställdheten mellan kvinnor och män. Utvecklingen av serieverksamheten för kvinnor och flickor har förts fram i grenförbundets strategi. Förbundet började göra upp den likabehandlingsplan som krävs av idrotts-

organisationerna i samband med strategiarbetet hösten 2015 och planeringen av verksamheten för 2016. Planen behandlar metoder för att främja jämställdheten mellan könen och förebygga könsdiskriminering. Arbetet med likabehandlingsplanen inleddes med en enkät för att kartlägga nuläget inom förbundet. Enkäten skickades till 51 av SALJ:s aktörer: styrelsen, personalen, utskotten, landslagsaktörer, frivilliga och serieansvariga. Totalt 34 personer (66,7 procent) svarade på enkäten (22 män, 8 kvinnor, 2 andra/vill inte säga och 2 lämnade punkten obesvarad). I enkäten frågades bland annat vilka delområden för likabehandling respondenterna ville utveckla. Jämställdhet mellan könen ansågs vara ett nödvändigt eller mycket nödvändigt delområde av 36,7 procent av respondenterna. Med tanke på jämställdheten mellan könen föreslås följande åtgärder i planen: 1) man fortsätter arbetet med att utöka antalet kvinnliga tränare, som inleddes med tränarprojektet Valmentaa kuin nainen, 2) juniorverksamhet för flickor inleds, 3) satsningen på utvecklingen av damserien Naisten Vaahteraliiga fortsätter, samt 4) anvisningarna för deltagande uppdateras för personer som genomgått könskorrigering operationer. Förbundets plan godkändes vid vårens förbundsmöte 2016. (SAJL 2016.)

Amerikansk fotboll är en aggressiv kontaktsport som kombinerar styrka och taktik. Grenens är klart mansdominerad. Grenens historia är maskulin och kulturen är fylld av maskulina termer. I Finland spelades de första matcherna i amerikansk fotboll i mitten av 1970-talet. På den tiden deltog inga kvinnor. Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liitto ry grundades 1979. År 1990 hade förbundet 2 045 registrerade spelare, som alla var män. Kvinnor och flickor deltog i förbundets cheerleader- och flaggfotbollsverksamhet. En damserie spelades för första gången 1998 och sex lag deltog i serien. År 2003 deltog elva lag i damserien och antalet spelare var nästan 200. (Halttunen m.fl. 2009.) År 2016 hade 584 kvinnor och 2 713 män löst licens för amerikansk fotboll (figur 20). Under de senaste åren har antalet spelare i sin helhet ökat avsevärt: antalet spelare har ökat på både herr- och damsidan. Andelen damlicenser har ökat från tio procent till 18 procent under perioden 2012–2016.



Figur 20. Antalet herr- och damlicenser inom amerikansk fotboll 2012 och 2016.

Tyngdlyftning

För närvarande utövas tyngdlyftning av 288 kvinnor och 453 män som har löst licens (figur 21). Traditionellt har kraftsporterna varit mansdominerade, men antalet kvinnor har ökat klar under de senaste decennierna. År 2004 var 14 procent av alla som löst tyngdlyftningslicens kvinnor. År 2012 hade andelen ökat till 24 procent och numera är 39 procent av licenserna för tyngdlyftning och kettlebells lösta av kvinnor. Tyngdlyftningen har fått fler damlyftare i synnerhet tack vare kettlebells och crossfit.

Finska Tyngdlyftningsförbundet grundades 1934 och har sedan dess fungerat som tyngdlyftningens inhemska takorganisation. Kettlebellsporterna dök upp vid sidan av tyngdlyftningen bland förbundets grenar 2008, vilket har medfört att fler damer kommit med i verksamheten. Grenen crossfit har likaså lett till en ökning av antalet tyngdlyftare i Finland under 2000-talet. Finska Tyngdlyftningsförbundet har under 2000-talet börjat fästa uppmärksamhet vid att främja jämställdheten mellan könen. Förbundet publicerade sitt jämställdhetsprogram 2008 och en likabehandlingsplan 2016. (SPNL 2016.)

Tyngdlyftningsförbundets likabehandlingsplan (SPNL 2016) behandlar förbundets nuläge ur ett jämställdhetsperspektiv. Av Tyngdlyftningsförbundets styrelse med åtta medlemmar är två, det vill säga 25 procent, representanter för kettlebellsporterna. En av medlemmarna är kvinna. I förbundets stadgar har för förbundsstyrelsens del fastställts en kvotplats för det kön som representerar minoriteten. Relativt sett mest kvinnor finns i utskotten som bereder beslut (33 procent). Andelen kvinnor på tränar- och domarposter uppskattas vara ungefär lika stor, även om förbundet inte har några exakta siffror. I den anställda personalen finns representanter för båda könen: personalen består av en man och två kvinnor. I planen konstateras att "kvinnliga aktiva kan medverka till att fler kvinnliga utövare och damidrottare lockas med i verksamheten". I sin likabehandlingsplan stakar Tyngdlyftningsförbundet dessutom ut att målet för förbundsstyrelsen, utskotten, arbetsgrupperna och andra motsvarande beredande, planerande och beslutsfattande organ är att andelen kvinnor ska vara minst 40 procent. (SPNL 2016.)

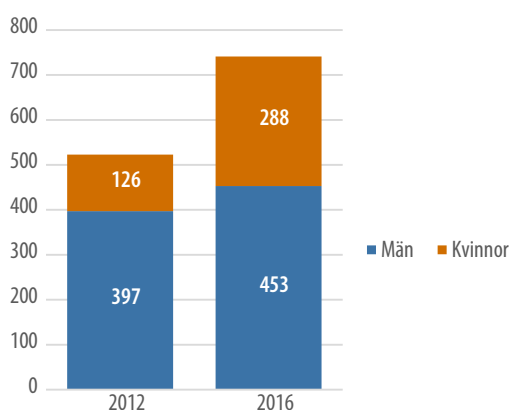


Figure 21. Weightlifting licences issued to men and women in 2012 and 2016.

5 Tävlings- och elitidrott

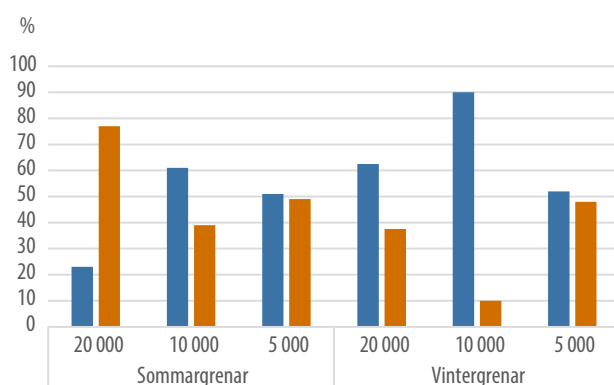
5.1 Idrottare

Idrott har betraktats som arbete i Finland i cirka 20 år. År 2013 fanns det enligt Olycksfallsförsäkringsanstaltens förbund totalt 1 195 försäkrade professionella idrottare i Finland. Sett ur den indikatorns perspektiv är den professionella idrotten i Finland nästan uteslutande ett arbete för män, eftersom endast två procent (18 personer) av alla professionella idrottare är kvinnor. Åren 2010–2013 har det funnits 10–18 kvinnliga professionella idrottare årligen i Finland. Största delen av de professionella idrottarna är ishockey- och fotbollsspelare. Elitidrottare i individuella grenar ingår nästan inte alls i den här statistiken, eftersom de inte har en särskild arbetsgivare som är skyldig att teckna försäkring för idrottarna. Idrottarna i individuella grenar jämföras alltså med företagare eller personer som sysselsätter sig själva inom kreativa branscher. (Lämsä 2014.)

Undervisnings- och kulturministeriet beviljar årligen idrottare träningsstipendier i syfte att trygga idrottarnas möjligheter till träning på heltid. Ett idrottsstipendium kan uppgå till 5 000, 10 000 eller 20 000 euro om året. När stipendierna beviljas beaktar man grenarnas särdrag, internationella anseende och nivå samt antalet länder och idrottare som deltar i tävlingar i grenarna. Både kvinnors och mäns möjligheter till framgång beaktas enligt prövning per gren i syfte att främja jämställdheten mellan könen inom elitidrotten. Stipendier har beviljats sedan 1996 och mottagarnas kön har statistikförts sedan 2006. (UKM 2017a, b.) Fördelningen enligt kön av stipendierna för 2017 presenteras i figur 22. Av alla utdelade stipendier (n=216) 2017 gick 44 procent till damidrottare och 56 procent till herridrottare. Av stipendierna för sommargrenar gick 49 procent och för vintergrenar 36 procent till damidrottare. Fördelningen av stipendierna för sommargrenarna har under åren varit mer jämställd än fördelningen av stipendierna för vintergrenarna.

Det största stipendiet på 20 000 euro är avsett i första hand för idrottare i individuella grenar som tävlar på absolut internationell elitnivå (UKM 2017a, b). En större del av stipendierna på 20 000 euro gick till kvinnor (55 procent) än till män (45 procent). Ett stipendium på 10 000 euro kan beviljas idrottare i individuella grenar som har haft framgång i inter-

nationella stortävlingar eller i andra tävlingar på motsvarande nivå och som kan anses ha medaljchanser i framtida stortävlingar. Ett stipendium kan också beviljas särskilt begåvade unga idrottare som befinner sig i ett utvecklingsstadium i idrottskarriären och som kan anses ha potential att nå framgång i framtida stortävlingar för vuxna (UKM 2017a, b). Av stipendierna på 10 000 euro delades 29 procent ut till kvinnor och 71 procent till män. Det lilla stipendiet på 5 000 euro är avsett för sådana unga idrottare som även på basis av andra än ovan nämnda internationella prov och idrottskarriärens utveckling kan anses ha potential att nå framgång i framtida stortävlingar. Stipendiet kan också beviljas idrottare i ett lag i individuella grenar, som på basis av internationella prov kan anses ha medaljchanser i lagtävlingar eller stafetter vid nästa OS, paralympiska spel eller VM-tävlingar i grenen (UKM 2017a, b). De små stipendierna på 5 000 euro fördelades jämnare enligt kön: 49 procent gick till kvinnor och 51 procent till män.



Figur 22. Andelen män och kvinnor (%) av mottagarna av träningsstipendier för idrottare i sommar- och vintergrenar i tre olika stipendieklasser 2017.

I tabell 3 presenteras antalet mottagare av UKM:s stipendier, andelen kvinnor av mottagarna samt stipendiebeloppet i euro. Det sammanlagda stipendiebeloppet har stigit under 2000-talet och uppgick till mer än 1,8 miljoner euro 2017. Antalet stipendiemottagare har ökat avsevärt efter att det nya stipendiet på 5 000 euro infördes 2014. Som material till tabellen har använts data ur undervisnings- och kulturministeriets årligen publicerade rapporter Idrottsverksamheten i statistikens ljus.

Tabell 3. Antalet mottagare av träningsstipendier för idrottare samt andelen kvinnor av mottagarna 2006–2017.

År	Stipendiemottagare totalt	Kvinnor (%)	Stipendiebelopp totalt (euro)
2006	58	45	770 000
2007	64	38	860 000
2008	-	38	991 500
2009	95	32	1 236 500
2010	125	34	1 700 000
2011	129	34	1 700 000
2012	129	38	1 700 000
2013	78	36	1 700 000
2014	157	36	1 700 000
2015	152	36	1 700 000
2016	167	40	1 685 000
2017	216	44	1 866 000

5.2 Tränare

I Finland finns inget riksomfattande tränarregister eller annan statistik där man skulle kunna följa upp antalet tränare. Tränare är inte ett helt entydigt koncept: gränsen mellan tränare och instruktör är ibland flexibel och benämningarna varierar beroende på gren. Vissa grenförbund har ett eget tränarregister. En del grenar registrerar också domarna, så det är möjligt att följa upp könsfördelningen. I flera grenar handlar det om funktionärer som leder idrottsevenemang och som inte registreras.

År 2016 fanns det enligt enkäter som KIHU låtit göra 1 682 heltidsanställd professionella tränare i Finland. Siffran ligger rätt nära uppgifterna i det yrkesregister som Statistikcentralen upprätthåller, enligt vilka det fanns totalt 1 566 idrottstränare eller personer som arbetade under yrkesbeteckningen funktionär i Finland 2014. Av dessa var 1 003 män och 553 kvinnor. Största delen av tränarna, 73 procent, arbetade för idrottsföreningar. Endast tio procent av tränarna arbetade vid grenförbunden och på regional nivå. Totalt 17 procent av tränarna arbetade vid idrottsinstitut, idrottsakademierna, idrottsläroanstalterna, Forsvarsmakten samt som företagare eller med firma. (Puska m.fl. 2016, 9.)

Enligt KIHU:s rapport (Puska m.fl. 2016) varierar uppskattningen av andelen kvinnliga professionella tränare beroende på källa. På basis av en enkät riktad till grenförbunden var 78 procent av de professionella tränarna män och 22 procent kvinnor. Uppskattningar från 2012 var mycket likartade: då bedömde grenförbunden att 79 procent av de professio-

nella tränarna män och 21 procent kvinnor. Enligt Statistikcentralens yrkesregister var 64 procent av alla som arbetade under yrkesbeteckningen idrottstränare eller funktionär män och 36 procent var kvinnor. Det verkar alltså finnas betydligt färre kvinnor som arbetar som professionella tränare.

Hela 73 procent av Finlands Professionella Tränare SAVAL:s medlemmar är män och 27 procent är kvinnor (tabell 4). Nästan hälften av medlemmarna, 47 procent, är män i åldern 30–49 år. (Puska m.fl. 2016, 14.)

Tabell 4. Finlands Professionella Tränare SAVAL:s medlemskår indelad enligt kön och åldersgrupp (Puska m.fl. 2016).

SAVAL:s medlemmar			
		n	%
Män	16–29 år	48	5
	30–39 år	223	24
	40–49 år	218	23
	50–59 år	158	17
	över 60 år	45	5
Totalt		692	73
Kvinnor	16–29 år	35	4
	30–39 år	108	11
	40–49 år	63	7
	50–59 år	36	4
	över 60 år	13	1
Totalt		255	27
Alla totalt		947	100

Under 2000-talet har man försökt stödja kvinnors tränarskap med olika projekt och mentorskap. Ett av den riksomfattande samarbets-, utbildnings- och intressebevakningsorganisationen Suomen Valmentajats mål är att stödja kvinnors tränarskap. Under de senaste åren har tränarskapet stötts med två projekt som främjar jämställdhet: det nationella tränarprojektet Valmentaa kuin nainen och det internationella Erasmusprojektet SCORE (Strengthening Coaching with the Objective to Raise Equality). (Suomen Valmentajat 2016, SCORE 2016.)

I projektet Valmentaa kuin nainen fungerar Suomen Valmentajat som förvaltare och koordinators. Projektet är inriktat på bollsporter och det inkluderar fotboll, handboll, ringette, innebandy, ishockey, amerikansk fotboll, boboll och volleyboll samt bollsporter inom handikappidrotten. Projektets mål är att utöka antalet kvinnliga tränare och kvinnliga aktiva. Projektets effekt följs upp fram till 2018. (Suomen Valmentajat 2016.)

Projektet Valmentaa kuin nainen gav upphov till en roll som partner och sakkunnig i projektet Erasmus+ SCORE, som koordineras av ENGSO. I projektet ansvara Suomen Valmentajat för mentorutbildningen. I alla länder som deltar i projektet, även i Finland, ordnades dessutom utbildning i användningen av den verktygslåda som skapats inom ramen för projektet och fungerar som planeringsunderlag för att öka antalet kvinnliga tränare. Totalt hade projektet partner från åtta europeiska länder. (Suomen Valmentajat 2016, SCORE 2016.)

6 Beslutsfattande och ledning

Man kan säga att ledning utövas via organisationernas officiella beslutsstrukturer och de maktpositioner som ingår i dessa. Enligt detta tänkande kan ledningens könsidentifiering mätas genom att jämföra könsfördelningen bland personer i olika ställningar. I forskningen har man i sin tur fäst uppmärksamhet vid nätverken för ledning och beslutsfattande som ett socialt tillstånd och funktionssätt. En stor del av påverkan, styrningen, kontrollen, tillgången till och regleringen av information samt intressebevakningen sker i officiella arbetsgrupper och kommittéer, i andra organisationers organ eller inofficiellt människor emellan. I den finländska samhällsmodellen tar sig medborgarverksamheten inom idrotten och interaktionen mellan staten och kommunerna uttryck i en knippe symbiotiska relationer. Under 2010-talet har antalet kvinnor som är medlemmar i flera arbetsgrupper och centralorganisationers styrelser ökat. (Lehtonen 2017, 127, 138.)

Beslutsfattande och ledning utövas i varje knutpunkt och på varje nivå i knippet av relationer. I den här översikten beskrivs könsidentifieringen inom beslutsfattande och ledning som antalet män och kvinnor som sköter avlönade uppgifter och förtroendeuppdrag i ledningen för idrottsorganisationer, kommuner och statens idrottsförvaltning. Dessutom betonas synvinklar på yrkeskarriärer inom idrottsområdet och deras samband med motion och idrott.

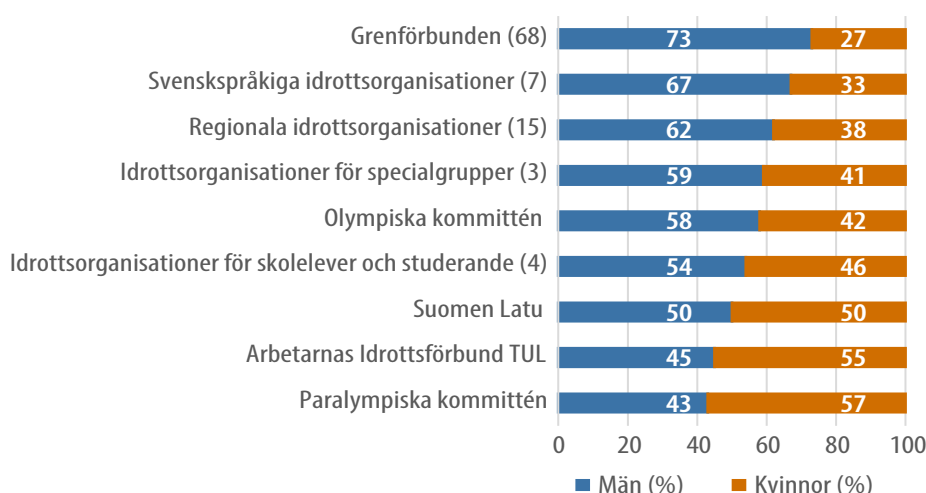
6.1 Organisationer

Beslutsfattandet och ledningen inom idrotten har i flera decennier till största delen skötts av män. Under de senaste 20 åren har antalet kvinnor som ledare och beslutsfattare inom idrottsområdet ökat. Omvälvningen i organisationsstrukturen för motion och idrott, det vill säga minskningen av antalet bransch- och centralorganisationer, påverkar de beslutande organens personal och könsfördelning.

Idrottsorganisationernas omvälvning på 2010-talet har tolkats som ett svar på förändringarna i verksamhetsmiljön. Logiken är att man genom att ändra organisationsstrukturen

kan uppnå ekonomiska fördelar, avveckla organisationer, avlägsna överlappningar och klarlägga roller – med andra ord rationalisera. Samma mål eftersträvades också med decentraliseringen på 1990-talet. (Lehtonen 2015.) Minskningen av antalet central-, bransch- och takorganisationer förändrar organisationsfältets karaktär och i kvantitativa granskningar är grenförbundens andel större än tidigare.

Enligt statistiken från början av 2017 sitter totalt 877 medlemmar i alla idrottsorganisationers styrelser och av dessa är 600 män (68 procent) och 277 kvinnor (32 procent). I de beslutande organen varierar könsidentifieringen rejält mellan olika organisationer och uppgifter. Finlands olympiska kommitté är idrottens nya takorganisation. I dess styrelse är 42 procent av medlemmarna kvinnor. I Paralympiska kommittén är 57 procent av styrelsemedlemmarna kvinnor. Andelen kvinnor är minst i grenförbundens styrelser: 27 procent. (Figur 23.) Beräkningen av antalet män och kvinnor tar inte ställning till vilken roll personerna har och hur de påverka beslutsfattandet/politiken.

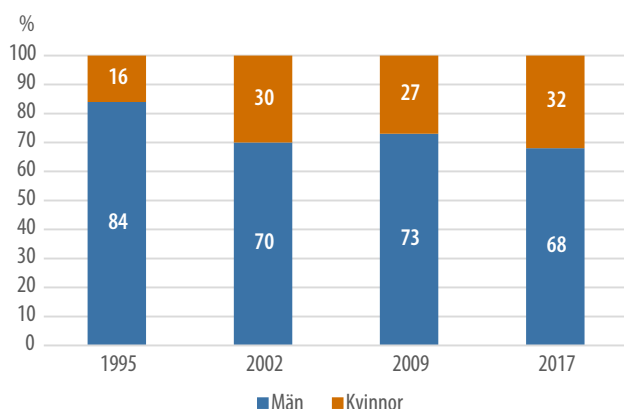


Figur 23. Könsfördelningen i idrottsorganisationernas styrelser i början av 2017.

Könsfördelningen i idrottsorganisationernas beslutande organ har statistikförts sedan 1995. Statistikföringen har skötts av takorganisationerna Finlands Idrott rf, Valo – Finlands Idrott rf samt nu senast Finlands olympiska kommitté. Data har inte samlats in systematiskt eller regelbundet. Vissa slutsatser kan emellertid dras angående könsidentifieringen i organisationernas beslutande organ utifrån den insamlade statistiken. Nedan presenteras könsfördelningen i idrottsorganisationernas (grenförbunden, de svenskspråkiga idrottsorganisationerna, de regionala idrottsorganisationerna, idrottsorganisationerna för specialgrupper, Olympiska kommittén, idrottsorganisationerna för skolelever och studerande, Suomen Latu, Arbetarnas Idrottsförbund och Paralympiska kommittén, n=101) styrelser, bland ordförande och verksamhetsledare 1995–2017. Grenförbundens andel vägs, eftersom det finns många fler av dem jämfört med de övriga organisationerna. Idrottsfrämjan-

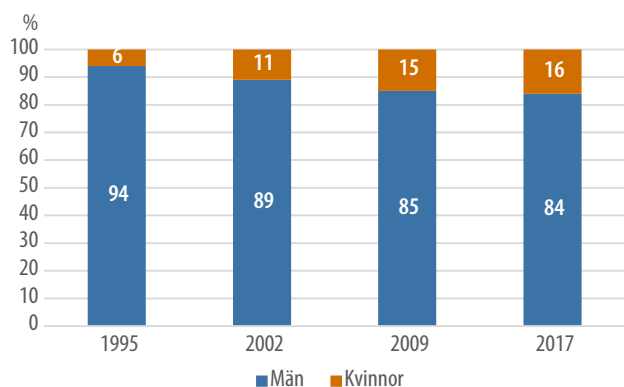
de organisationer som är berättigade till statsunderstöd har fortfarande lämnats utanför analysen, eftersom det inte finns något jämförelsematerial från tidigare år.

Den sammanlagda andelen kvinnor i idrottsorganisationernas styrelser har ökat (figur 24). Mellan 1995 och 2017 har andelen kvinnor ökat från 16 procent till 32 procent, men förändringen har inte varit helt okomplicerad. Många omständigheter har påverkat utvecklingen, framför allt flera strukturella förändringar i organisationsfältet.



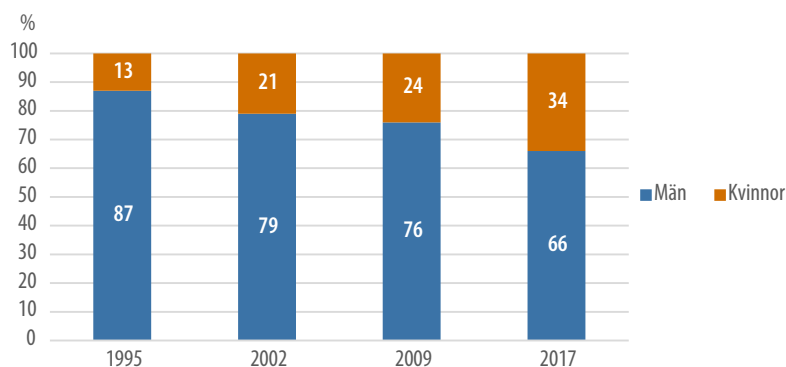
Figur 24. Den sammanlagda andelen män och kvinnor (%) i idrottsorganisationernas styrelser 1995–2017.

Antalet kvinnor är minst på ordförandeposter (figur 25). Mellan 1995 och 2017 har andelen kvinnor ökat från 6 procent till 16 procent, det vill säga nästan tredubblats.



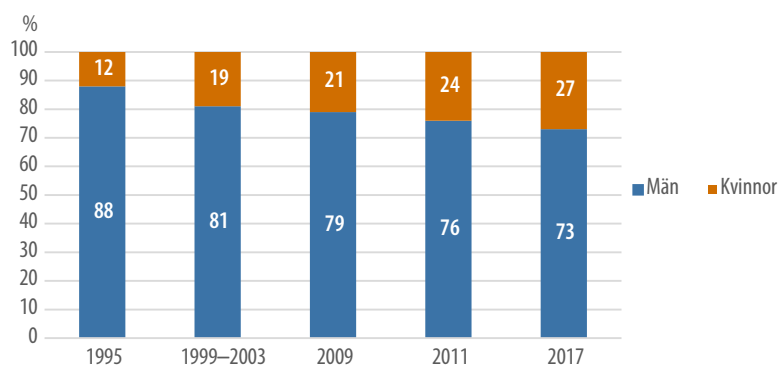
Figur 25. Andelen män och kvinnor (%) av idrottsorganisationernas ordförande 1995–2017.

Bland idrottsorganisationernas verksamhetsledare har andelen kvinnor ökat klart under de senaste tio åren (figur 26). Mellan 1995 och 2017 har andelen kvinnor ökat från 13 procent till 34 procent.



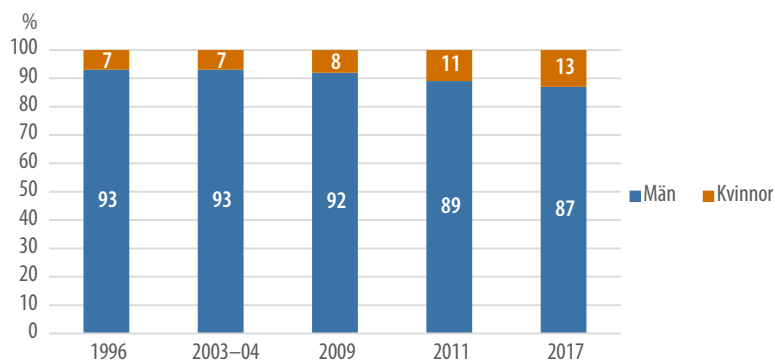
Figur 26. Andelen män och kvinnor (%) av idrottsorganisationernas verksamhetsledare 1995–2017.

Andelen män är större i grenförbundens beslutande organ än i andra idrottsorganisationer. Andelen kvinnor har emellertid ökat vid varje statistikföringstillfälle sedan 1995. I grenförbundens styrelser har andelen kvinnor ökat från 12 procent till 27 procent under 20 år (figur 27).



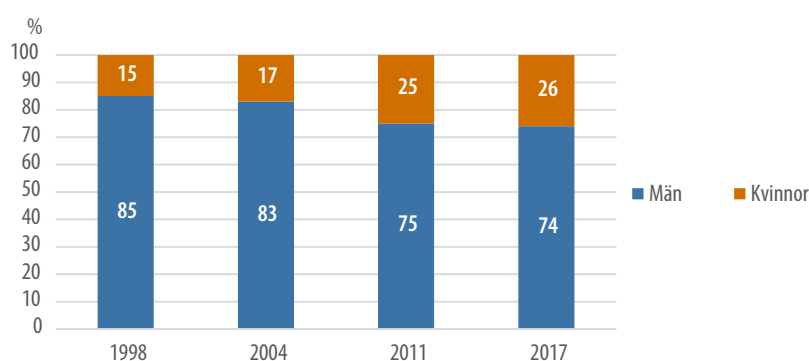
Figur 27. Andelen män och kvinnor (%) av medlemmarna i grenförbundens styrelser 1995–2017.

Kvinnorna är få framför allt i förtroendeuppdrag vid grenförbunden. År 1996 var sju procent av grenförbundens ordförande kvinnor. År 2017 var 13 procent av personerna på ordförandeposter kvinnor (figur 28).



Figur 28. Andelen män och kvinnor (%) av grenförbundens ordförande 1995–2017.

År 2017 var cirka en fjärdedel av grenförbundens verksamhetsledare kvinnor (figur 29). Andelen kvinnor ökade framförallt mellan 2004 och 2010, men nästan inte alls på 2010-talet.



Figur 29. Andelen män och kvinnor (%) av grenförbundens verksamhetsledare 1995–2017.

Män finns med i alla grenförbunds styrelser. I fyra grenförbunds styrelser finns inga kvinnor. Det skulle inte vara möjligt exempelvis i Norge. Norges idrottsförbund har 1987 infört en kvotbestämmelse enligt vilken alla beslutande organ inom idrotten ska ha både män och kvinnor som medlemmar i samma proportion som i medlemskåren. Enligt regeln ska exempelvis idrottsföreningarna styrelser ha både manliga och kvinnliga medlemmar. Man kontrollerar att regeln följs i organisationernas årliga rapporter. (Hokka 2014, 11.) Regeln i Norge kan betraktas som progressiv och kraftigt styrande. Den norska omfattande normen är möjlig när organisationsstrukturen är klar och hierarkisk, och centralorganisationen kan diktera villkoren för sina medlemmar (Hakamäki 2014). I Finland kan en motsvarande bestämmelse inte införas för närvarande, eftersom också vår nuvarande föreningslag (FöL 26.5.1989/503) betonar föreningarnas autonomi. Den finländska idrottens takorganisation, Finlands olympiska kommitté, kan naturligtvis ge medlemsorganisationerna rekommendationer om man vill försöka styra jämställdheten i organisationernas och föreningarnas styrelser.

Riksidrottsförbundet (RF) i Sverige har sedan mitten av 1990-talet en kvotbestämmelse för styrelsernas medlemmar i sina stadgar. Varje medlemsorganisation i idrottsförbundet ska sträva efter jämställdhet mellan könen i styrelser, nomineringsutskott och kommittéer, samt att unga tas med i de beslutande organen i fråga (Riksidrottsförbundet 2013, 5). I Sverige ställdes nya jämställdhetsmål upp 2011. Enligt dessa mål ska båda könen ha en representation på minst 40 procent i alla beslutande och rådgivande organ, på tränarposter och i idrottsorganisationernas ledande uppgifter (Hokka 2014, 13).

6.2 Kommuner

I den nya idrottslagen som trädde i kraft 2015 (390/2015, 5 §) fastställs kommunens ansvar på följande sätt:

Det är kommunernas uppgift att skapa allmänna förutsättningar för idrott på lokal nivå. Kommunen ska skapa förutsättningar för kommuninvånarnas idrottsutövning genom att

1. ordna idrottstjänster samt motion som främjar hälsa och välfärd med tanke på olika målgrupper,
2. stödja medborgarverksamhet, medräknat föreningsverksamhet, samt
3. bygga och driva idrottsanläggningar.

Ovan i 1 mom. avsedda uppgifter ska inom kommunerna skötas i samarbete mellan olika sektorer samt genom att kommunerna utvecklar det lokala samarbetet, samarbetet mellan kommunerna och det regionala samarbetet och vid behov svarar för andra verksamhetsformer som lämpar sig för de lokala förhållandena och behoven. Kommunen ska höra sina invånare i centrala beslut som gäller idrotten inom ramen för sin uppgift enligt 22 § i kommunallagen (410/2015) att skapa förutsättningar för kommuninvånarna att delta i och påverka kommunens verksamhet. Kommunen ska utvärdera kommuninvånarnas idrottsaktivitet inom ramen för sin uppgift att främja invånarnas hälsa och välfärd enligt 12 § i hälso- och sjukvårdslagen (1326/2010). När kommunen sköter de uppgifter som avses i 1 mom. verkar kommunen inte i ett konkurrensläge på marknaden, såvida uppgifterna inte genomförs i affärsmässigt syfte och på affärsmässiga grunder.

En viktig uppgift för kommunerna är alltså att skapa förutsättningar för invånarnas idrottsutövning till exempel genom att ordna idrottstjänster, driva idrottsanläggningar och stödja idrottsföreningar. Kommunen ska höra sina invånare i centrala beslut som gäller motion och idrott. Kommunernas idrottspolitik är väsentlig med tanke på befolkningens välfärd, eftersom kommunerna påverkar hela befolkningens möjligheter till idrottsutövning med sina beslut. Kommunerna ska sörja för jämställdhet mellan könen och likabehandling i sin idrottspolitik. Ur denna synvinkel är det kommunernas politik beträffande användning av anläggningar och vilka tjänster kommunerna beslutar sig för att ordna en relevant fråga. Beslutsfattandet i kommunerna avgör vilka förutsättningar för idrottsutövning och vilken kultur som tar form i en kommun.

Jämställdhetslagen (1329/2014) förpliktar kommunens myndigheter att i all sin verksamhet främja jämställdheten mellan kvinnor och män på ett målinriktat och planmässigt sätt.

Skyldigheten gäller alla kommunala myndigheter och alla verksamhetsområden. I valet av kommunala organ ska 4 a § 1 mom. i jämställdhetslagen beaktas:

I statliga kommittéer, delegationer och andra motsvarande statliga organ samt i kommunala organ och organ för kommunal samverkan, med undantag för kommunfullmäktige, skall kvinnor och män vara representerade till minst 40 procent vardera, om inte särskilda skäl talar för något annat.

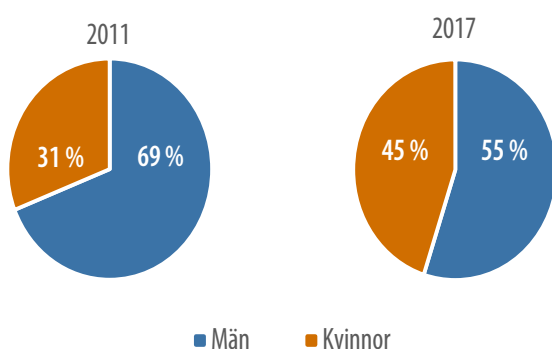
Könskvoten gäller samtliga kommunala organ med undantag för kommunfullmäktige, som väljs genom allmänna val. Kommunens organ är enligt 30 § i kommunallagen förutom fullmäktige kommunstyrelsen och dess sektioner, nämnder och utskott och deras sektioner, direktioner och deras sektioner samt kommittéer. Könskvoteringen kan frångås av särskilda skäl. Ett särskilt skäl kan exempelvis vara att experterna inom ett specialområde är antingen endast manliga eller kvinnliga. Om kvoteringen frångås är det motiverat att anteckna skälet i beslutet. Särskilda skäl berättigar troligen mycket sällan till att könskvoteringen frångås när ledamöter väljs till kommunala organ (Myllymäki 2017).

Statsrådets redogörelse om jämställdheten mellan kvinnor och män (SHM 2010) bedömde att kvoten har haft såväl en kvantitativ som en kvalitativ inverkan på det kommunala beslutsfattandet. Den traditionella arbetsfördelningen enligt kön har minskat i synnerhet i nämnderna. Sakkunskapen i nämnderna har blivit mångsidigare och differentieringen av sakkunskapen enligt kön har minskat. Verkställandet av kvotbestämmelsen har trots det knappt alls ökat beaktandet av könsperspektivet i det kommunala beslutsfattandet eller aktiverat kommunernas jämställdhetsarbete (SHM 2010, 101)

Det finns ingen färsk information om könsfördelningen i kommunala organ som behandlar kommunens motions- och idrottsärenden. Kommunförbundet följer inte frågan regelbundet. De senaste uppgifterna är från 2009, då 48 procent av medlemmarna i nämnder som behandlar motion och idrott samt 36 procent av ordförandena var kvinnor (Turpeinen m.fl. 2011, 51).

Andelen kvinnor bland de ledande tjänsteinnehavarna inom idrottsområdet har ökat betydligt under de senaste åren. Enligt den senaste lönestatistiken för kommunsektorn (2016) är 55 procent av de ledande tjänsteinnehavarna inom idrottsområdet (n=126) män och 45 procent kvinnor (figur 30) (Löner inom kommunsektorn 2016). Antalet kvinnor har ökat till samma nivå som antalet män på cirka 40 år. På 1970-talet fanns inte en enda kvinna i ledningen för kommunens idrottsverksamhet (Heinilä 1977). I början av 1980-talet fanns det två (Tulisalo 1985) och i slutet av 1990-talet nio kvinnor bland idrottsdirektörerna (Aalto 2003). År 2011 var 31 procent (25 personer) av de ledande tjänsteinnehavarna

med ansvar för idrotten kvinnor (Turpeinen m.fl. 2011, 51). Jämförelsen av olika år är emellertid endast riktgivande, eftersom källorna som använts till att beräkna siffrorna har varierat. Siffrorna för 2011 och 2017 kommer från Statistikcentralens statistik Löner inom kommunsektorn, men statistikföringsmetoden har också ändrats mellan de två statistikföringstillfällena. Mångfalden av yrkesbeteckningar för tjänsteinnehavare med ansvar för idrotten verkar också öka hela tiden och för närvarande hör till exempel fritidsdirektörerna, ungdomsdirektörerna, idrottsdirektörerna och i synnerhet i mindre kommuner olika kombinationer av dessa, såsom idrotts- och ungdomscheferna, till kommunens högsta tjänsteinnehavare inom idrottsområdet. Även idrottssekreteraren leder fortfarande idrottsverksamheten i flera kommuner. I några kommuner har yrkesbeteckningen ändrats i riktning mot den mer allmänna beteckningen välfärdsdirektör med tanke på kommande förändringar i verksamhetsfältet.



Figur 30. Könsfördelningen bland de ledande tjänsteinnehavarna inom idrottsområdet 2011 och 2017.

Den länge förberedda landskaps- och vårdreformen förändrar kommunernas beslutsfattande och ledning under de närmaste åren. I och med landskaps- och vårdreformen inrättas nya landskap, social- och hälsovården får en ny struktur och nya uppgifter överförs till landskapen. Enligt planen ska reformen träda i kraft den 1 januari 2020. Den största förändringen är indelningen i tre förvaltningsnivåer: staten, landskapet och kommunen. Reformen förändrar kommunernas arbetsfält avsevärt. Efter vårdreformen har kommunerna inte längre ansvaret för social- och hälsovårdstjänsterna utan de överförs till landskapen. Däremot har kommunerna även i framtiden ansvaret för att främja kommuninvånarnas hälsa och välfärd. Kommunen fortsätter också att sköta till exempel småbarnspedagogiken och utbildningen, möjligheterna till idrottsutövning och planläggningen.

Kommunens uppgifter för att främja hälsa och välfärd (SHM 2016b):

- att per befolkningsgrupp följa upp kommuninvånarnas välfärd och hälsa och faktorer som inverkar på dessa
- att årligen rapportera till kommunfullmäktige om kommuninvånarnas välfärd och hälsa samt vidtagna åtgärder
- att en gång per fullmäktigeperiod bereda en mer omfattande rapport om kommuninvånarnas välfärd och hälsa till kommunfullmäktige
- att ställa upp mål och åtgärder för främjandet av hälsa och välfärd som baserar sig på lokala förhållanden och behov
- att göra en förhandsbedömning och beakta välfärds- och hälsoeffekter
- att följa upp åtgärder som genomförts i den kommunala servicen
- att utse de instanser som ansvarar för främjandet av välfärd och hälsa.

För att uppmuntra främjandet av välfärden i kommunerna har man planerat den så kallade HYTE-koefficienten. Med den avses ett tillägg till statsandelen för kommunal basservice för främjande av välfärd och hälsa, preliminärt på cirka 55 miljoner euro. Målet är att säkerställa att kommunerna aktivt främjar välfärd och hälsa också efter vårdreformen. HYTE-koefficienten uppfyller samma krav som de övriga kriterierna för statsandelen, det vill säga uppgifterna är tillgängliga från alla kommuner och koefficienten uppdateras årligen. Enligt planen ska HYTE-koefficienten inkludera indikatorer som beskriver verksamheten och resultaten (SHM 2016b). För idrottsväsendet ska tio indikatorer som beskriver verksamheten tas med (figur 31). Indikatorerna inkluderar inga noteringar med anknytning till främjandet av jämställdheten och inget nämns om att dela in data enligt kön. Om man så önskar är det emellertid möjligt att få data indelade enligt kön för de indikatorer som enligt planen ska tas ur enkäten Hälsa i skolan. Dessa beslut ska fattas av kommunen.

Uppföljning och rapportering av kommuninvånarnas idrottsaktivitet och användning av idrottstjänster i den förtroendevalda ledningen – 2 indikatorer:

1. Barns och ungas idrottsaktivitet följs upp minst vartannat år.
2. Barns och ungas idrottsaktivitet rapporteras årligen i välfärdsberättelsen eller motsvarande.

Förverkligande av samarbetet mellan kommuninvånarna och idrottsverksamheten – 3 indikatorer:

3. Idrottsföreningarna och sammanslutningarna samt kommunens gemensamma sakkunnigorgan sammanträder regelbundet.
4. Gemensamma sammanträden ordnas regelbundet för föreningarna, sammanslutningarna och kommunen.
5. Kommunen genomför kundresponssenkäter för användarna av idrottsanläggningar och -tjänster minst vartannat år.

Motionsgrupper och motionsrådgivning som ordnas i kommunen – 1 indikator:

6. Anpassade motionsgrupper ordnas för barn och unga som inte deltar i idrottsföreningsverksamheten.

Genomförande av tväradministrativt samarbete inom idrotten i kommunen – 4 indikatorer:

7. I den senast uppgjorda välfärdsberättelsen för kommunen ingår en beskrivning av kommuninvånarnas idrottsaktivitet.
8. I kommunen har fastställts vilken förvaltning som koordinerar motionen som främjar hälsa och välfärd som helhet.
9. De tjänsteinnehavare som ansvarar för främjandet av motion och idrott har deltagit i en förhandsbedömning av konsekvenserna (EVA) av nämndens beslut.
10. I kommunen verkar en tväradministrativ arbetsgrupp som behandlar främjandet av motion och idrott.

Figur 31. Preliminärt förslag till indikatorer som beskriver verksamheten inom idrottsområdet för HYTE-koefficienten (SHM 2016b).

I regeringens proposition om landskaps- och vårdreform (RP 15/2017 rd) noteras att reformen har potentiellt betydande och flerdimensionella konsekvenser för jämställdheten. Reformens konsekvenser berör kvinnor och män på olika sätt i egenskap av användare av tjänster och tjänsteproducenter. Reformen har också olika konsekvenser för män och kvinnor som anställda eller beslutsfattare. I regeringens jämställdhetsprogram 2016–2019 ges riktlinjer för att könskonsekvenserna av social- och hälsovårdsreformen samt landskapsreformen bedöms i samband med beredningen, genomförandet och uppföljningen. Den första bedömningen av könskonsekvenserna färdigställdes den 31 augusti 2016. I den behandlas användningen av tjänsterna, konsekvenserna för personalen, landskapsvalet, valfriheten, beskattningen och bolagiseringen. I bedömningen noteras bland annat att det

finns skillnader mellan könen i fråga om användningen av tjänsterna, vilket bör beaktas när tjänsterna utvecklas. Med systematisk datainsamling, strategisk planering och utbildning av personalen kan man sörja för att både kvinnor och män får de tjänster de behöver vid rätt tidpunkt och likvärdigt. Med hjälp av datainsamling kan man identifiera könsspecifika servicebehov och inrikta könsspecifika tjänster. (Maakuntauudistukseksi ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisuudistukseksi laaditun hallituksen esitysluonnoksen sukupuolivaikutusten arviointi 31.8.2016, bedömning av könskonsekvenser.)

Beslut som gäller kommunernas idrottsanläggningar

Byggnaden av idrottsanläggningar, underhållet och fördelningen av turer samt om jämställdheten mellan kvinnor och män förverkligas i fördelningen av turer har väckt misstankar om att könen ogrundat behandlas olika. Omfattande information saknas i frågan. Jämställdhetsombudsmannen har flera gånger ombetts utreda omständigheterna kring fördelningen av idrottsanläggningar eller turer mellan män och kvinnor.

År 2008 handlade det om en ändring av kommunens idrottsverksamhets istider. Personen som begärt utredningen hade emellertid per telefon återtagit begäran och meddelat att ändringen inte genomförts. (Jämställdhetsombudsmannen 2008.)

År 2011 handlade begäran om att utreda om distriktens fördelning av matchturer följde jämställdhetslagen. Personen som kontaktade jämställdhetsombudsmannen misstänkte att förhållandena för damernas matcher systematiskt var sämre än för herrarnas samt att damernas matcher spelades på sandplan trots att en gräs- eller konstgräsplan stod tom alldeles intill. Dessutom spelades damernas matcher på sandplan trots att ett juniorlag för pojkar tränade på planen intill samtidigt. Förhållandena jämfördes mellan Herrtrean och Damtrean, som är distriktets högsta nivåer.

Utredningar begärdes från Bollförbundets Helsingfors och Nylands distrikt samt från Vanda och Helsingfors stad. Ett gemensamt möte ordnades angående frågan och utifrån det drogs begäran om utredning tillbaka. Speltider reserveras på stadens planer för matcher på distriktsnivå. På konstgräsplanerna kan man spela när föreningarna har träningstider, om föreningen så önskar. Om inte anvisas en sandplan för speltiden. Föreningarna anvisas träningstider på basis av antalet lag. Bollförbundens serier spelas huvudsakligen på gräsplaner, i den mån det är möjligt med tanke på gräsplanens begränsade användningstid. Idrottstjänsterna har gett föreningarna anvisningar om att fördela sina träningstider så att gräsplanerna används av juniorerna och de lag som också spelar matcher på gräsplan. Herr- och damlagen i de lägre serierna tränar inte på gräsplaner. Trots sina likartade namn ansågs Herrtrean och Damtrean inte vara jämförbara serienivåer, eftersom det finns färre serienivåer på damsidan. Det ansågs inte heller önskvärt att standardisera serierna eftersom det skulle höja priset på damernas licenser.

Jämställdhetsombudsmannen konstaterade att föreningarna ofta avgör på vilka planer matcher spelas, att det är viktigt att föreningarna är medvetna om sitt ansvar och stöder ett likadant utbud av resurser samt att både kommunerna och Bollförbundets distrikt spelar en nyckelroll i sina verksamhetsområden. Ett utlåtande registrerades: "Vardera parten torde vid behov och med nödvändiga åtgärder kunna medverka till att säkerställa att verklig jämställdhet förverkligas och att onödiga misstankar om diskriminering i fråga om förhållandena för matcher inte uppkommer". (Jämställdhetsombudsmannen 2011.)

Jämställdhetsombudsmannen har också gett ett utlåtande om transsexuella personers ställning som användare av idrottstjänster. Problem uppstår bland annat på grund av att omklädnings- och tvättrum inte erbjuder integritetsskydd. Integritetsskydd är viktigt framför allt under könskorrigeringsprocessen. Behovet kan också vara kontinuerligt, eftersom man inte alltid gör korrigering ingrepp i genitalierna utan ibland endast en så kallad juridisk och social könskorrigering. Jämställdhetsombudsmannen konstaterade att transsexuella personers möjligheter till idrottsutövande kan främjas genom att ordna integritetsskydd i tvätt- och omklädningsrummen i idrottsanläggningarna. (Jämställdhetsombudsmannen 2006.)

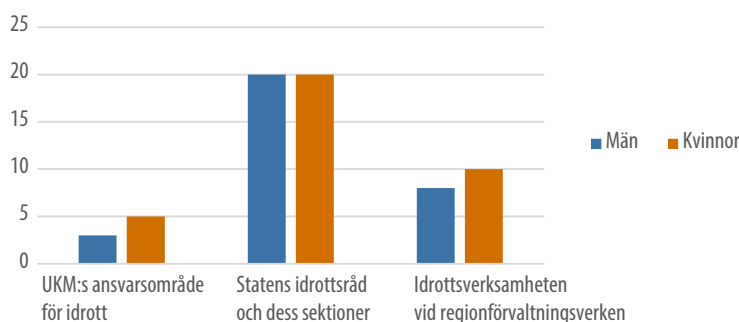
Familje- och omsorgsminister Juha Rehula meddelande att han deltar i projektet 100 jämställdhetsgärningar genom att låta utreda hur idrotts- och motionstiderna är fördelade mellan flickor och pojkar samt mellan kvinnor och män (SHM 2017b). Enligt meddelandet är ett exempel på könssystemet i finländska ungdomars vardagsliv uppfattningen att idrotts- och motionstider i kommunerna fördelas på ett ojämlikt sätt beroende på om det är fråga om grenar som är typiska för flickor eller pojkar.

6.3 Staten

Enligt jämställdhetslagen ska kvinnor och män vara representerade till minst 40 procent vardera i statliga kommittéer, delegationer och andra motsvarande statliga organ samt i kommunala organ och organ för kommunal samverkan, med undantag för kommunfullmäktige, om inte särskilda skäl talar för något annat (lagen om jämställdhet mellan kvinnor och män 1329/2014). Bestämmelser om anställning finns i 8 § i samma lag, enligt förbjuden diskriminering ska anses föreligga, om en arbetsgivare vid anställning eller uttagning av en person till en viss uppgift förbigår en person av motsatt kön som är mer meriterad än den som utses, om inte arbetsgivarens förfarande har berott på någon annan omständighet än kön och den omständigheten är godtagbar eller om inte det finns sådana vägande och godtagbara skäl till förfarandet som beror på arbetets eller uppgiftens art.

Vid undervisnings- och kulturministeriet leds ansvarsområdet för idrott av en kvinna, av överinspektörerna och kulturråden är tre män och fyra kvinnor (figur 32). Två av ordförande-

na vid Statens idrottsråd och dess sektioner är män och två är kvinnor. Medlemmar i rådet är totalt 18 män och 18 kvinnor. Idrottsverksamheten vid statens regionförvaltningsverk sysselsätter 15 personer som överinspektörer och direktörer. Av dem är åtta män och sju kvinnor. För statens del verkar situationen alltså vara relativt jämställd.



Figur 32. Antalet män och kvinnor på lednings- och beslutsfattarposter i statens idrottsförvaltning.

Lehtonen har analyserat styrelsemedlemskapen vid fem olika centralorganisationer för idrott, medlemskapen i 16 idrottspolitiska arbetsgrupper och höranden av sakkunniga 1993–2014, samt byggt upp ett elitnätverk utifrån dessa. Hela nätverket under granskningsperioden omfattande 373 personer, av vilka 75 procent var män. Andelen kvinnor hade ökat hela tiden. Viktiga personer, det vill säga de som är medlemmar i flest styrelser och arbetsgrupper i olika centralorganisationer, definieras som storlänkare. Kvinnornas andel av dessa har ökat från 18 procent till 50 procent under granskningsperioden. (Lehtonen 2017.) Analysmetoden är strukturell. Den mäter inte personernas egenskaper eller mängden inflytande. Att höra till ett nätverk och vara länkad till flera olika arbetsgrupper och organ ger tillgång till information, möjlighet att bli hörd samt bevaka intressen och utöva kontroll.

6.4 Idrottens samband med kvinnors och mäns karriärer

I undersökningar förknippas idrott med framgång på arbetsmarknaden i synnerhet när den årliga förvärvsinkomsten eller sannolikheten att få sysselsättning används som indikatorer. Jämställdhetsperspektivet har däremot beaktats sporadiskt. I en del undersökningar har separata modeller gjorts upp för kvinnor och män (t.ex. Eide & Ronan 2001; Kostas 2012; Lechner 2009; Rooth 2011), medan andra fokuserat enbart på män (t.ex. Barron m.fl. 2000; Cabane 2010; Ewing 1998; Hyytinen & Lahtonen 2013). Ibland har man fått signifikanta resultat endast för män (t.ex. Long & Caudill 1991), och i en del undersökningar har kön inte alls beaktats, utan samma modell har använts för både kvinnor och män (t.ex. Kavetsos 2011).

I undersökningen Motion och karriär utreddes vilket samband motion på fritiden i barndomen och ungdomen har med skolframgång efter grundskolan samt med antalet utbildningsår och förvärvsinkomsterna på lång sikt som vuxen. Undersökningen är en del av uppföljningen av LASERI (Lasten ja nuorten sepelvaltimotautien riskitekijät), där samma personer har följts upp i mer än 30 år sedan 1980. I undersökningen har enkäter använts till att samla in data om idrottsaktiviteten i barndomen som 9-, 12- och 15-åring samt om skolframgången som 12- och 15-åring. Uppgifter om utbildning och arbetsliv efter grundskolan har samlats in direkt ur Statistikcentralens register för perioden 1997–2010.

Enligt undersökningen har motion på fritiden i barndomen samband med både skolframgång efter grundskolan och antalet utbildningsår som vuxen. Flickor och pojkar som motionerade mycket hade ett medeltal på slutförloppet som var i genomsnitt ett halvt vitsord högre jämfört med flickor och pojkar som motionerade mindre. Med tanke på antalet utbildningsår var skillnaden mellan flickor och pojkar som motionerat mycket och mindre cirka ett år. För skolframgångens del var resultaten statistiskt signifikanta för både flickor och pojkar oavsett vilka bakgrundsfaktorer som beaktades i analyserna (bl.a. barnets hälsa, föräldrarnas utbildning, familjens inkomstnivå, familjens storlek och barnets tidigare skolframgång).

I fråga om antalet utbildningsår hade tidigare skolframgång betydelse i synnerhet för flickorna: När tidigare skolframgång beaktades i analyserna var sambandet mellan motion på fritiden och utbildningsåren inte längre statistiskt signifikant. För pojkarnas del fanns sambandet mellan motion och utbildningsår kvar oavsett bakgrundsfaktorer. (Kari m.fl. 2017.)

Enligt en undersökning av uppgifter om förvärvsinkomster (Kari m.fl. 2016) i Finland fanns speciellt bland pojkarna ett samband mellan motion och högre förvärvsinkomster som vuxen. Motion i barndomen medförde i genomsnitt 10–20 procent högre förvärvsinkomster på lång sikt. Bland flickorna observerades inget motsvarande samband.

Resultaten är exempel på varför samband bör granskas separat för könen. Skillnader finns mellan kvinnor och män i fråga om motion (både preferenser och intensitet) och framför allt i utvecklingen av utbildnings- och yrkeskarriärerna. Det är en förklaring till varför undersökningens resultaten ovan skiljer sig från varandra. (Kari m.fl. 2016, 2017.)

Enligt Aalto-Nevalainen (2017a, b) har ledarkarriärer inom idrottsområdet analyserats obetydligt ur könsperspektiv. Aalto-Nevalainen analyserade kvinnliga och manliga idrottsledares (n=329) karriärer och tillhörande faktorer inom den offentliga och den tredje sektorn i Finland. Som indikatorer på karriärframgång analyserades lön, tillfredsställelse med karriären och balans mellan arbete och familje-/privatliv. Enligt resultaten

av undersökningen fick manliga idrottsledare bättre lön och var nöjdare med karriärframgången än de kvinnliga ledarna. Idrottsledarnas karriärframgång hade samband med en del faktorer med anknytning till idrotten i undersökningen. Exempelvis hade utövandet av motion och idrott på högre nivå i barndomen och ungdomen (1=Utövade ingen motion – 5=Tävlingsidrott på internationell nivå) samband med högre lön hos både kvinnliga och manliga idrottsledare.

7 Jämställdhet i främjandet av idrott och motion

7.1 Motions- och idrottsorganisationernas likabehandlings- och jämställdhetsplaner

Iakttagandet av de internationella bestämmelser som är bindande för Finland samt främjandet av likvärdighet och jämlikhet är nya grunder för prövning av statsunderstödet belopp (mål enligt 2 § i idrottslagen, se också lagen om jämställdhet mellan kvinnor och män och diskrimineringslagen). Av de idrottsfrämjande organisationerna förutsätts en likabehandlings- och jämställdhetsplan för verksamheten. Om förbundet inte har någon likabehandlings- och jämställdhetsplan kan organisationens rätt till statsbidrag i framtiden återkallas. Frågor om likabehandling och jämställdhet ställs också i ansökan om allmänt understöd (blankett 23/24). På blanketten antecknas de viktigaste åtgärderna i likabehandlings- och jämställdhetsplanen samt en hänvisning till det färdiga programmet eller, om planen inte är klar, eventuella åtgärder som redan har fastställts, av vilka en kan vara att göra upp en likabehandlings- och jämställdhetsplan.

Syftet med likabehandlings- och jämställdhetsplanerna som ska fogas till ansökan om allmänt understöd för 2016 är att identifiera diskriminering, bedöma och utveckla verksamhet och praxis samt öka delaktigheten. I likabehandlings- och jämställdhetsplanen beskrivs hur likabehandling och jämställdhet ska främjas samt hur man kan ingripa i diskriminering, såsom sexuella trakasserier och utnyttjande.

Idrottsorganisationerna har fyllt i punkterna om likabehandling och jämställdhet i ansökan om statsunderstöd för 2016 på ett mycket brokigt och oenhetligt sätt. En stor del av organisationerna hade ännu inte färdigställt sin likabehandlings- och jämställdhetsplan 2016. En del organisationer hade inte förstått begreppen likabehandling och jämställdhet eller deras syfte.

I bedömningen av likabehandlingsplanerna fästs särskild uppmärksamhet vid att man förstått begreppen likabehandling och jämställdhet samt vid vad de betyder för förbundets verksamhet. Uppmärksamhet fästs också vid att föra fram konkreta åtgärder för att främja arbetet samt vid att följa upp genomförandet av likabehandling och jämställdhet. Med tanke på organisationerna med rätt till statsbidrag kan man säga att en tredjedel av organisationerna hade gjort upp bra eller utmärkta likabehandlings- och jämställdhetsplaner för 2016, en tredjedel presenterade acceptabla planer och en tredjedel hade inte gjort upp någon plan eller åstadkommit en mycket bristfällig sådan.

Största delen av förbunden hade börjat göra upp en likabehandlings- och jämställdhetssenkät för personalen och de förtroendevalda. Ärendet hade behandlats i styrelsen vid de flesta av förbunden samt i förbundets olika team/arbetsgrupper. I en del av förbunden går processen hand i hand med strategiarbetet i samma arbetsgrupper och med samma tidtabell. Alla förbunden anser det viktigt att åtgärderna genast förs in i verksamhetsplanen. En ändamålsenlig rutin för uppdatering av planen varierar vid olika förbund mellan ett och tre år; en utvärdering ska göras årligen.

Förbunden har utsett 1–2 ansvariga personer som sköter uppgörandet av planen, och/eller en arbetsgrupp med representanter för styrelsen och ofta också föreningarna. De förtroendevalde upplevs som en viktig länk för att likabehandlings- och jämställdhetstänkandet ska förmedlas till föreningarna. Material för kartläggningen av situationer har samlats in med enkäter samt ur verksamhetsberättelser, verksamhetsregister och statistik samt genom diskussion i olika arbetsgrupper.

Processtarten har redan gett upphov till diskussion på många håll och inverkat på verksamheten. En del av förbunden upplever det som mest förnuftigt att från första början betrakta förbundet och dess föreningar som en helhet. Då kan organisationens mål förankras också på föreningsnivå. I planen är det viktigt att fokusera på de åtgärder som förbundet kan vidta för att främja identifierade mål och lösa problempunkter.

7.2 Nationella program för motionsfrämjande

Glädje i rörelse

Glädje i rörelse är ett nationellt program för främjande av fysisk aktivitet och välbefinnande inom den småbarnspedagogiska verksamheten. Programmet som startades 2015 har som mål att se till att varje barn bör ha möjlighet att uppleva rörelseglädje och tillräcklig fysisk aktivitet varje dag. Programmet baserar sig på den nya lagen om småbarnspedagogik (580/2015), grunderna för planen för småbarnspedagogik (Utbildningsstyrelsen 2016) och motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten (UKM 2016a). I lagen

om småbarnspedagogik (2 §) fastställs att ett av syftena med småbarnspedagogiken är att erbjuda alla barn likvärdiga möjligheter till småbarnspedagogik och främja jämställdhet mellan könen. I motiveringarna till planen för småbarnspedagogik noteras följande: "Småbarnspedagogiken främjar det finländska samhällets demokratiska värderingar såsom likvärdighet, jämlikhet och mångfald. Barnen ska ges möjligheter att utveckla sina färdigheter och göra sina val oberoende av förväntningar baserade till exempel på kön, ursprung, kulturell bakgrund eller andra orsaker som gäller barnet som person." Dessa noteringar utgör grunden för främjandet av jämställdhet i programmet Glädje i rörelse.

I programdokumentet för Glädje i rörelse har tills vidare inte specificerats några mål enligt kön och material för bedömning av programmet har inte heller samlats in enligt kön. I programmets kommunikationsmaterial har man medvetet beaktat både flickor och pojkar. I augusti 2017 slogs programmet Glädje i rörelse ihop med programmet Skolan i rörelse. Jämställdhetsmålen i programmet Skolan i rörelse och integreringen av könsperspektivet som krävs i regeringens spetsprojekt kommer i fortsättningen att gälla också programmet Glädje i rörelse.

Skolan i rörelse

Skolan i rörelse är en del av regeringens spetsprojekt "Nya inlärningsmiljöer och digitala material för grundskolorna". Enligt regeringens jämställdhetsprogram ska ett jämställdhetsperspektiv integreras i alla spetsprojekt: "man strävar efter att fastställa jämställdhetsmål i kommande centrala samhälleliga reformer och spetsprojekt, att könskonsekvenserna bedöms i reformens olika skeden, och att effekterna för jämställdheten mellan könen rapporteras. Dessutom garanteras en tillräcklig jämställdhetskompetens." Ministerierna säkerställer att åtgärderna vidtas. (SHM 2016a, 18.)

Programmet Skolan i rörelse har som mål att varje barn och ung person i grundskoleålder ska motionera minst en timme dagligen. Programmets mål är en mer aktiv och trivsam skoldag. Varje skola formar skoldagarna på sitt eget sätt så att de innehåller mer motion. Det viktiga i skolornas verksamhet och genomförandet av programmet är att eleverna får vara delaktiga och lära sig och att öka rörligheten och minska stillasittandet. I november 2017 hade 2 048 skolor registrerats som Skolor i rörelse, vilket är 84 procent av alla grundskolor i Finland.

Skolan i rörelse handlar om en omfattande ändring av verksamhetskulturen och den inkluderar flera olika åtgärder för att göra skoldagen mer aktiv: utnyttja och sprida god praxis, utveckla lärarnas kompetens, på bredare bas införa undervisningsmetoder som aktiverar eleverna, utnyttja och utveckla den byggda miljön och naturen, öka rörligheten under raster och skolresor, förbättra förutsättningarna för rörelse under skolresor, ordna aktiverande hobbyverksamhet i skolornas morgon- och eftermiddagsklubbar, etablera omfattande

samarbete mellan olika intressentgrupper, speciellt de olika kommunala områdena och den tredje sektorn. Åtgärderna genomförs 2016–2018. För åtgärderna under dessa år har sammanlagt 21 miljoner euro reserverats. År 2017–2018 görs ett försök att utvidga Skolan i rörelse till andra stadiet och högskolorna samt till den småbarnspedagogiska verksamheten genom programmet Glädje i rörelse.

Främjandet av jämställdheten syns på olika nivåer i programmet Skolan i rörelse. I utvecklingsbidragen som kan beviljas för verksamheten i programmet Skolan i rörelse ingår jämställdhet mellan könen i både de särskilda motiveringarna och de allmänna motiveringarna. I ansökningsanvisningarna konstateras att särskild uppmärksamhet bör fästas vid att öka flickornas fysiska aktivitet, eftersom flickorna är mindre fysiskt aktiva än pojkarna i alla åldersgrupper. I undersökningen som genomförs i samband med Skolan i rörelse samlas data in och de viktigaste resultaten presenteras enligt kön. I enkäterna anges kön som flicka och pojke. Programmet har uppmärksammat behovet av att kommunicera på ett könsmedvetet sätt. Man har strävat efter att beakta könsperspektivet i seminarier och utbildningar. Ett specifikt ämne vid seminarierna har varit exempelvis högstadiesflickornas perspektiv. Kön och jämställdhet är teman för programmets regionala seminarier 2018.

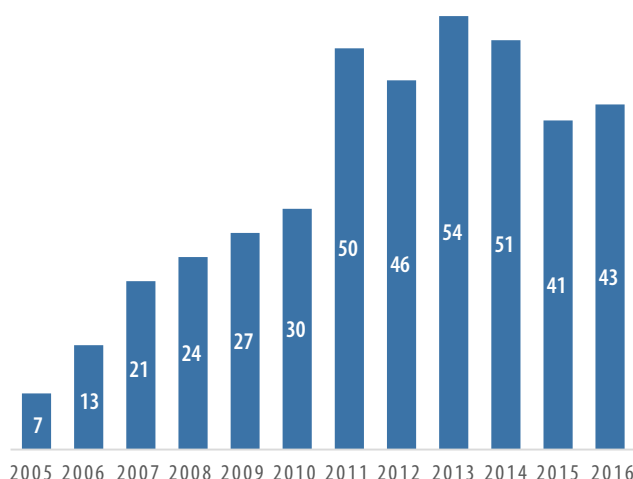
Åren 2016–2017 ingick i programmet Skolan i rörelse arbetssektionen "Likabehandling, jämställdhet och tillgänglighet", där man diskuterade och stakade ut hur jämställdheten kan främjas i programmet. Arbetsgruppen presenterade följande utvecklingsåtgärder för att främja jämställdheten: 1) Teman för den riksomfattande och regionala handledningen är jämställdhet samt att urskilja könsidentifierade strukturer och avveckla dem, 2) Kommunikationsmaterialet för Skolan i rörelse uppdateras så att det synliggör många slags elever, samt 3) Innehåll som behandlar likabehandling, jämställdhet och tillgänglighet läggs till lärarutbildningen. (Arbetssektionen Likabehandling, jämställdhet och tillgänglighet i programmet Skolan i rörelse 2017.)

Undersökningresultaten från programmet Skolan i rörelse presenteras ovan i denna rapport.

Programmet I form för livet

I form för livet är ett riksomfattande program för främjande av motion och idrott som startades 1995 och är riktat till personer i arbetsför ålder samt män och kvinnor som nyss gått i pension. Cirka tvåhundra projekt finansieras via programmet varje år. I början av 2000-talet visade projektansökningarna att utbudet av motionsverksamhet med låg tröskel för män med dålig kondition var bristfälligt. Kampanjen Finska män på äventyr startades 2007 i syfte att uppmuntra män att motionera och främja hälsosamma matvanor. Kampanjen lyfte fram mäns hälsa också för aktörer inom hälso- och idrottsområdet. Kampanjen använde metoder som seminarier, långtradarturnéer, färdigt kommunikationsmaterial och konditionstest. Programmet medförde ett mångsidigare utbud av motionsverksamhet,

antalet ansökningar från projekt riktade till män ökade och antalet lokala projekt som fick understöd stabiliserade sig på 40–50 projekt på årsnivå. I form för livet beviljar ekonomiskt stöd till cirka 200 projekt årligen (figur 33).



Figur 33. Lokala projekt och utvecklingsprojekt riktade till män 2005–2016. Projekten är finansierade via programmet I form för livet.

7.3 Utvecklingsstöd

Projekt för utveckling av motionsidrott för unga

Rapporten om projekten för utveckling av motionsidrott för unga 1999–2011 (Lehtonen 2012) visar att fler pojkar än flickor har deltagit i den motionsinriktade eftermiddagsverksamheten under alla projektperioder. Man har försökt stöda och locka fler flickor med i verksamheten. Olika projekt har till exempel valt ett utbud av grenar som intresserar flickor eller betonat verksamheten icke-tävlingsinriktade sida.

I många projekt har man lagt märke till att det ibland är nödvändigt att ordna separat motionsgrupper för flickor och pojkar, för att möjligheterna att delta ska blir likvärdiga. Både gemensamma och separata grupper för flickor och pojkar har gett positiva erfarenheter. Frågan måste alltid lösas från fall till fall. Man har försökt öka flickornas delaktighet och deltagande under alla perioder med motionsinriktad eftermiddagsverksamhet. Olika metoder för att öka andelen flickor fungerar för olika projekt. Det viktiga är att lyssna på barnens egna behov och känna till situationen och de lokala omständigheterna. (Lehtonen 2012, 34–35.)

Utvecklingsstöd för föreningsverksamhet

Utvecklingsstödet för föreningsverksamhet (föreningsstöd) är avsett för utveckling av idrotts- och motionsföreningars verksamhet. Föreningsstöd beviljas för idrotts- och motionsverksamhet för barn och unga samt familjer med stöd av 14 § i idrottslagen (390/2015). Föreningsstödet används till att omsätta riktlinjerna i regeringsprogrammet speciellt gällande jämställda och jämlika möjligheter till fritidsaktiviteter för barn och ungdomar samt till att främja utveckling av föreningsverksamhet och åtgärder med låg tröskel för deltagande. (UKM 2017c.)

Föreningsstödet är den största stödformen som staten delar ut för utvecklingsarbete på gräsrotsnivå i idrottsföreningarna. Åren 2013–2017 beviljades totalt 20,8 miljoner euro i föreningsstöd till 1 453 olika föreningsstödsprojekt. Föreningsstödet är avsett särskilt för motion med låg tröskel och för att anställa personal. Med föreningsstödet har man försökt stöda projekt som siktar på att engagera allt fler barn och unga i handled motion samt att introducera allt fler möjligheter till organiserad fysisk aktivitet. Största delen av föreningsstödet används till att anställa personal vid föreningarna. Med stödet har man anställt personal vid 400 föreningar. (Turpeinen m.fl. 2018.)

Prioriteringar i kriterierna för att beviljas föreningsstöd har varierat årligen. Jämställda och jämlika möjligheter till fritidsaktiviteter har ingått i kriterierna varje år; vissa år med mer tyngd än andra. Enligt de senaste kriterierna för att få stöd (UKM 2017c) ska projekten som stöds genomföra ett eller fler av de delmål som undervisnings- och kulturministeriet ställt upp. Ett av dessa delmål hänför sig till jämställdhet mellan könen: "främja likställda, jämlika och uppnåeliga möjligheter till fritidsaktiviteter". Föreningsstödet beviljas som ett behovsprövat specialunderstöd. En av punkterna på listan med nio punkter som utgör grunden för bedömningen av projektens omfattning och effekt hänför sig särskilt till beaktandet av jämställdheten mellan könen. I punkten lyfter man fram till exempel inrättandet av motionsgrupper för flickor i pojkdominerade grenar och grupper för pojkar i flickdominerade grenar. (UKM 2017c.) Åren 2013–2017 har föreningsstöd enligt den föredragande "beviljats alla sådana sökande vars projekt haft som mål att inrätta fritidsgrupper riktade till minoritetskönet".

I ansökningarna om föreningsstöd vill projekten oftast uppnå målet att främja jämställdheten genom att öka antalet utövare av minoritetskönet genom att inrätta nya grupper. Vissa projekt har ordnat särskilda evenemang eller annan marknadsföring i syfte att locka representanter för minoritetskönet med i verksamheten. I de årliga bedömningarna av ansökningarna om föreningsstöd har man räknat hur många projekt som i sin ansökan specifikt nämner främjandet av en fritidsaktivitet för flickor eller pojkar. Åren 2013–2017 har andelen ansökningar med sådana mål varit 6–17 procent av alla ansökningar. Flickorna har uppmärksamats särskilt i målen oftare än pojkarna. Åren 2016–2017 fanns fler projekt som främjar pojkars fritidsaktiviteter bland projekten som fick föreningsstöd än under tidi-

gare år. Exempelvis dans- och gymnastikföreningar startade flera projekt för att locka fler pojkar med i verksamheten (Metsälä 2017).

Enligt en enkät riktad till personal som anställts med föreningsstöd (Rieki & Hentunen 2017) var 58 procent av föreningarnas personal män och 41 procent var kvinnor (n=168). En anställds kön var inte fastställt. Skillnader mellan könen fanns i fråga om utbildningsbakgrund: Männerna hade i genomsnitt högre utbildning än kvinnorna. Varannan man (52 procent) hade avlagt högskoleexamen, medan motsvarande siffra för kvinnorna var 44 procent. Hälften av kvinnorna (51 procent) och 38 procent av männen hade avlagt examen på andra stadiet. Kvinnorna arbetade oftare än männen på halvtid i föreningarna; 63 procent av männen arbetar på heltid. Skillnader mellan könen förekom också i fråga om föreningspersonalens yrkesbeteckningar och arbetsuppgifter. Av tränarna och träningscheferna var 72 procent män. Uppgifter som föreningsutvecklare eller -koordinator var vanligare bland kvinnorna (66 procent). Verksamhetsledarposterna var jämnare fördelade: 55 procent av kvinnorna och 45 procent av männen. (Rieki & Hentunen 2017.)

Trots att jämställdheten har varit en av prioriteringarna bland kriterierna för att beviljas föreningsstöd har projekten inte fäst särskilt mycket uppmärksamhet vid den. Materialet om föreningsstöd visar att idrottsföreningarna behöver stöd för att främja jämställdheten.

Utvecklingsunderstöd för integrering av invandrare med hjälp av idrott

Undervisnings- och kulturministeriet har delat ut understöd för integrering av invandrare med hjälp av idrott sedan 2011. Två tredjedelar av deltagarna i projekten som beviljades finansiering 2015 och 2016 var invandrare och en tredjedel hörde till majoritetsbefolkningen. (Pasanen & Laine 2017.) En av de särskilda prioriteringarna för utvecklingsunderstödet var att nå kvinnor och flickor med invandrarbakgrund (Pyykönen 2016). Uppföljningen visar att största delen av projekten som beviljades finansiering 2015 och 2016 hade problem med att nå flickor, kvinnor och (hemma)mammor med invandrarbakgrund. Enligt rapporten var "utmaningarna ofta förknippade med villkoren för klädsel ur islamiskt perspektiv". (Pasanen & Laine 2017.)

7.4 100 jämställdhetsgärningar för motion och idrott i Finland

Undervisnings- och kulturminister Sanni Grahn-Laasonen meddelade att ministeriet deltar i projektet 100 jämställdhetsgärningar under Finlands självständighets jubileumsår genom att utmana alla grenförbund och andra organisationer inom motion och idrott att med konkreta gärningar främja jämställdheten mellan könen. Ett tema att prioritera var

att öka andelen kvinnor på lednings- och tränarposter. Undervisnings- och kulturministeriet utfärdade utmaningen tillsammans med Finlands olympiska kommitté och Paralympiska kommittén. (UKM 2017d.) Undervisnings- och kulturministeriet prisbelönade de bästa gärningarna bland alla de som tagits med i projektet 100 jämställdhetsgärningar som samordnades av Kvinnoorganisationernas centralförbund. (UKM 2017e.)

Gärningar inom idrott och motion som togs med i projektet 100 jämställdhetsgärningar är:

- Football for refugee women festival (Monaliiku)
- Dokumentärfilmen Heikoilla jäillä (Mahla Films)
- Första kvinnan som tävlingsledare för Joensuu-Jukola 2017 och Finland 100 Venla Jubileumskavlen (Joensuu-Jukola 2017)
- Johtaa kuin nainen, ledarskapsutbildning för kvinnor (Finlands olympiska kommitté)
- Projektet Judo on tyttöjen juttu och storläger (Jigotain judojaos)
- Mer jämställd sportjournalism: kartläggning av hur jämställdheten mellan könen förverkligas i idrottsrelaterade innehåll (Yle)
- Jämställdhet i fotbollsjargongen (Suomen Amerikkalaisen jalkapallon Liitto)
- Naiset Jalkapallojohtajina (Kvinnor som fotbollsledare), utbildning (Finlands Bollförbund)
- Naiset yhdessä liikkumaan (Helsingfors idrottsverk)
- Fler kvinnliga domare i bobollen (Suomen Pesäpalloliitto)
- Beslut att bli UN Women månadsdonator (Hämeenlinnan Tarmos sektion för friidrott)
- Utredning av fördelningen av kommunernas idrotts- och motionstider mellan könen (social- och hälsovårdsministeriet)
- Evenemanget Sata tyttöjääkiekkotapahtumaa (Finlands ishockeyförbund)
- Pris för jämställd motions- och idrottskultur (Oulun liikuntapalvelut)
- Evenemangen Tyttöjen tie tähtiin i Helsingfors och Rovaniemi (Finlands Handikappidrott och -motion VAU och Finlands Paralympiska kommitté)
- Paneldiskussion Urheilu voimaannuttajana (Finlands Gymnastik-förbund)
- Projektet Valmentaa kuin nainen (Suomen valmentajat och bollsportförbunden)
- Yhtä jalkaa – Ratsastuksen Reilu peli, arbetsbok och utbildning (Finlands Ryttaförbund)
- #AllMaleSports, kampanj i social medier för att väcka debatt om kvinnors roll i sportjournalism och idrottsvärlden (Studerandenas Idrottsförbund)

Yle fick huvudpriset Sinivalloiset Piikkarit för jämställdhetsgärningar inom motion och idrott. Finlands Bollförbund och Jigotain judojaos i Jyväskylä belönades med utmärkelser.

7.5 Statens idrottsråds sektion för likabehandling och jämställdhet

Statens idrottsråd är undervisnings- och kulturministeriets sakkunnigorgan med uppgift att behandla ärenden som är av omfattande och principiell betydelse för idrotten, särskilt att utvärdera effekten av statsförvaltningens åtgärder på idrottens område, ta initiativ och göra framställningar för utvecklande av idrotten samt ge utlåtanden om användningen av idrottsanslagen inom sitt verksamhetsområde. Rådet har sektioner för beredning av ärenden. (Idrottslagen 390/2015.) Sektionen för likabehandling och jämställdhet är en av dessa sektioner. Enligt statsrådets förordning om främjande av idrott (552/2015) har idrottsrådet ytterligare till uppgift att ta initiativ och ge utlåtanden bland annat i frågor som gäller jämlikhet.

8 Slutsatser

Idrott och jämställdhet 2017 -rapportens teman grundar sig på den nya lagstiftningen och de mål och informationsbehov som inkluderats i idrottspolitiska handlingar. Utredningens centrala innehåll är fysisk aktivitet samt ledning och beslutsfattande. Den bärande tanken är att ställningstaganden som gäller idrottspolitik och jämställdhet borde grunda sig på forskningsdata.

Kvantitativt sett finns det skillnader mellan könen i fråga om såväl fysisk aktivitet som ledning och beslutsfattande. Enligt objektiva mätningar är pojkar mer fysiskt aktiva än flickor. Flickorna deltar inte i organiserad motion och idrott i lika mycket som pojkarna. Det medför för sin del att färre kvinnor är aktiva inom motion och idrott. Andelen kvinnor på ledande poster och som tjänsteinnehavare vid idrottsorganisationer och inom kommunernas idrottsverksamhet har ökat relativt mycket. Däremot har andelen kvinnor bland idrottsorganisationernas förtroendevalda ökat långsammare. Fortfarande finns i genomsnitt färre kvinnor än män på ledande poster inom idrottsområdet.

Man har försökt åtgärda situationen med åtgärder som delvis gäller organiserad motion och idrott samt idrottsledning. Exempelvis har idrottsorganisationer som får statens allmänna understöd ålagts att göra upp en jämställdhets- och likabehandlingsplan. Kvinnliga tränare och kvinnor på ledningsposter har stötts med mentorskap och utbildning samt genom nätverksbildning och belöningar. Undervisnings- och kulturministeriets senaste åtgärd 2017 var att utmana idrottsorganisationerna att delta i projektet 100 jämställdhetsgärningar för att främja jämställdhet samt framför allt för att öka antalet kvinnor på lednings- och tränarposter.

De nationella programmen för motionsfrämjande är idrottspolitiska metoder för påverkan som sträcker sig bortom den organiserade motions- och idrottskulturen. I programmet I form för livet har ett mål varit att använda metoder som påverkar mäns hälsobeteende. I programmet Skolan i rörelse, som är ett av regeringens spetsprojekt, krävs att könsperspektivet integreras i all programverksamhet.

På senare år har idrottsområdets kunskapsunderlag förbättrats ur båda köns perspektiv, men data behövs fortfarande till stöd för idrottspolitiskt beslutsfattande också från områden som är mer okända, såsom i fråga om användningen av idrottsanläggningar, det vill säga fördelningen av resurser mellan olika typer av motion och idrott för kvinnor och män. När data saknas grundar sig debatten på generaliseringar eller föreställningar. Social- och hälsovårdsministeriets utredning under beredning angående fördelningen av träningstider kommer för sin del att fylla det här behovet av information.

I framtiden borde intresse riktas mot att skapa de förutsättningar som beskrivs i idrottslagen, när landskaps- och vårdreformen förändrar kommunernas och landskapens arbetsfält avsevärt. Skillnaderna mellan könen i fråga om fysisk aktivitet borde beaktas i samband med planeringen av tjänster. Systematisk datainsamling – till exempel genom att använda sig av välfärdsberättelserna – kan medverka till att kommuninvånarna får jämlika tjänster. Regelbunden insamling och systematisk användning av data som indelats enligt kön kan identifiera köns olika behov, följa upp förändringar och vid behov rikta åtgärder separat till kvinnor och män, flickor och pojkar.

KÄLLOR

- Aalto, P. 2003. Naiset liikuntajohtajina. I verknet Lämsä, A-M. (red.) Näköaloja naisjohtajuuteen. Jyväskylän yliopisto. Taloustieteiden tiedekunnan julkaisu 137, 151–178.
- Aalto-Nevalainen, P. 2017a. Johtajien uramenestys liikunta-alalla naisten ja miesten näkökulmista. Liikunta ja Tiede 54 (4).
- Aalto-Nevalainen, P. 2017b. Career success of women and men sport managers, from the viewpoint of equality. European Business Ethics Network EBEN Conference 15.6.2017. Jyväskylä.
- Aira, A. & Kämppi, K. (red 2017. Kohti aktiivisempia ja viihtyisämpiä koulupäiviä. Liikkuva koulu -ohjelman väliraportti 1.8.2015–31.12.2016. Publikationer om motion och folkhälsa 329 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Aira, T., Kannas, L., Tynjälä, J., Villberg, J. & Kokko, S. 2013. Hiipuva liikunta nuoruusiässä. Drop off -ilmiön aikaterendejä ja kansainvälistä vertailua WHO-Koululaistutkimuksen (HBSC Study) aineistoilla 1986–2010. Terveyden edistämisen tutkimuskeskus, julkaisu 5. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Aittasalo, M., Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Husu, P., Jussila, A-M. & Sievänen H. 2015. Mean amplitude deviation calculated from raw acceleration data: a novel method for classifying the intensity of adolescents' physical activity irrespective of accelerometer brand. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation 7, 18. Epub 2015/08/08.
- Bangsbo, J. et al. 2016. The Copenhagen Consensus Conference 2016: Children, Youth, and physical activity in schools and during leisure time. British Journal of Sports Medicine: 1–2. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27354718>.
- Barron, J.M., Ewing, B.T. & Waddell, G.R. 2000. The effects of high school athletic participation on education and labor market outcomes. Review of Economics and Statistics 82(3), 409–421.
- Bassett, D.R., Rowlands, A. & Trost, S.G. 2012. Calibration and validation of wearable monitors. Medicine and Science in Sports and Exercise 44(S1), S32–38.
- BFD 2017. Tyska fotbollsförbundets webbplats.
- Cabane, C. 2010. Do sporty people have access to higher job quality? SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research 308. Berlin, June 2010.
- Clark, B.K., Sugiyama, T., Healy, G.N., Salmon, J., Dunstan, D.W. & Owen, N. 2009. Validity and reliability of measures of television viewing time and other non-occupational sedentary behaviour of adults: a review. Obesity Reviews 10, 7–16.
- Cliff, D.P., Reilly, J.J. & Okely, A.D. 2009. Methodological considerations in using accelerometers to assess habitual physical activity in children aged 0–5 years. Journal of Science and Medicine in Sport 12, 557–567.
- Council of Europe 2015. Recommendation CM/Rec (2015)2 of the Committee of Ministers to member states on gender mainstreaming in sport (Adopted by the Committee of Ministers on 21 January 2015 at the 1217th meeting of the Ministers' Deputies).
- Diskrimineringslag 1325/2014. Utfärdad i Helsingfors 30.12.2014.
- Duvivier B. M., Schaper N. C., Bremers M. A., van Crombrugge G., Menheere P. P., Kars M. & Savelberg, H. C. M. 2013. Minimal intensity physical activity (standing and walking) of longer duration improves insulin action and plasma lipids more than shorter periods of moderate to vigorous exercise (cycling) in sedentary subjects when energy expenditure is comparable. PLoS One. 9 (8), e105135.
- Eide, E. R. & Ronan, N. 2001. Is participation in high school athletics an investment or a consumption good? Evidence from high school and beyond. Economics of Education Review 20(5), 431–442.
- Eisenmann, J.C., Wickel, E.E., Welk, G.J. & Blair, S.N. 2005. Relationship between adolescent fitness and fatness and cardiovascular disease risk factors in adulthood: The Aerobics Center Longitudinal Study (ACLS). American Heart Journal 149(1), 46–53.
- EPAS 2017. Enlarged partial agreement on sport. Draft report. Preparation of the Balance in sport 2018 project ("BIS 2").
- Evenson, K.R., Catellier, D.J., Gill, K., Ondrak, K.S. & McMurray, R. G. 2008. Calibration of two objective measures of physical activity for children. Journal of Sports Sciences 26 (14), 1557–1565.
- Ewing, B.T. 1998. Athletes and work. Economics Letters 59, 113–117.
- Gender Equality in Sport 2014. Proposal for strategic actions 2014–2020. Approved by the group of experts 'Gender Equality in Sport' at its meeting in Brussels on 18 February 2014.
- God medicinsk praxis 2016. Motionsrekommendation (online). Arbetsgrupp tillsatt av Finska Läkarföreningen Duodecim och ledningsgruppen för God medicinsk praxis. Helsingfors: Finska Läkarföreningen Duodecim, 2016. www.kaypahoito.fi. [Hänvisning 26.2017.]
- Goodman, E., Adler, N. E., Kawachi, I., Frazier, A. L., Huang, B. & Colditz, G. A. 2001. Adolescents' perceptions of social status: development and evaluation of a new indicator. Pediatrics 108 (2), E31.
- Hagströmer, M., Ainsworth, B.E., Oja, P. & Sjöröström, M. 2010. Comparison of a subjective and an objective measure of physical activity in a population sample. Journal of Physical Activity and Health 7, 541–550.

- Haapala, H., Hirvensalo, M., Laine, K., Laakso, L., Hakonen, H., Kankaanpää, A., Lintunen, T. & Tammelin, T. 2014. Recess physical activity and school-related social factors in Finnish primary and lower secondary schools: cross-sectional associations. *BMC Public Health* 14, 1114.
- Hakamäki, M. 2014. Ne kiintiöt, ne kiintiöt. *Liikunta ja Tiede* 51 (2–3), 23–26.
- Hallal, P.C., Andersen, L.B., Bull, F.C., Guthold, R., Haskell, W. & Ekelund, U. 2012. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet* 380, 247–257.
- Halttunen, H., Noronen, R., Salonen, R. & Sorsa, M. 2009. 30 vuotta jenkifutista Suomessa. Suomen Amerikkalaisten Jalkapallon liiton historiikki. SAJL ry.
- Hansen, B. H., Kolle, E., Dyrstad, S. S., Holme, I. & Anderssen, S. A. 2012. Accelerometer-determined physical activity in adults and older people. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44 (2), 266–272.
- Healy, G.N., Matthews, C.E., Dunstan, D.W., Winkler, E.A. & Owen, N. 2011. Sedentary time and cardiometabolic biomarkers in US adults: NHANES 2003–06. *European Heart Journal* 32, 590–597.
- Heinilä, K. (red.) 1977. Nainen suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntasuunnittelun laitoksen tutkimuksia 15.
- Helldán, A. & Helakorpi, S. 2015. Den finländska vuxenbefolkningens hälsobeteende och hälsa, våren 2014. Institutet för hälsa och välfärd (THL), Rapport 6/2015.
- Helakorpi, S., Patja, K., Prättälä, R., Aro, A. R. & Uutela, A. 2003. Den finländska vuxenbefolkningens hälsobeteende och hälsa, våren 2003. Folkhälsoinstitutets publikationer B17.
- Helakorpi, S., Laitalainen, E. & Uutela, A. 2010. Den finländska vuxenbefolkningens hälsobeteende och hälsa, våren 2009. Institutet för hälsa och välfärd, rapport 7.
- Hokka, L. 2014. Miesten ja naisten tasa-arvon edistäminen liikuntapolitiikassa. Hyviä käytäntöjä Suomessa, Ruotsissa ja Norjassa. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 9.
- Husu, P., Suni, J., Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Tokola, K., Valkeinen, H., Mäki-Opas, T. & Vasankari, T. 2014. Suomalaisen aikuisen kiihtyvyyksimittarilla mitattu fyysinen aktiivisuus ja liikkumattomuus. *Suomen Lääkärilehti* 69 (25–32), 1860–1866.
- Husu, P., Jussila, A.-M., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2016a. Objektiivisesti mitattu paikallaanolo ja liikkuminen. I verkett S. Kokko & A. Mehtälä (red.) Barns och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland. Resultat av LIITU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 2016:4, 16–22.
- Husu, P., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2016b. Objectively measured sedentary behavior and physical activity of Finnish 7- to 14-year-old children – associations with perceived health status: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 16(1), 338.
- Husu, P., Suni, J., Vähä-Ypyä, H., Sievänen, H., Tokola, K., Valkeinen, H., Mäki-Opas, T. & Vasankari, T. 2016c. Objectively measured sedentary behavior and physical activity in a sample of Finnish adults: a cross-sectional study. *BMC Public Health* 16, 920.
- Hyytiäinen, A. & Lahtonen, J. 2013. The effect of physical activity on long-term income. *Social Science and Medicine* 2013;96, 129–37.
- Hälsö- och sjukvårdslag (1326/2010). Utfärdad i Helsingfors 30.12.2010.
- Idrottslag 390/2015. Utfärdad i Helsingfors 10.4.2015.
- Institutet för hälsa och välfärd THL 2017. Resultatet av enkäten Hälsa i skolan. <https://www.thl.fi/sv/web/barn-unga-och-familjer/forskningsresultat>.
- Intille, S.S., Lester, J., Sallis, J.F. & Duncan, G. 2012. New horizons in sensor development. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44(S1), S24–31.
- Isosomppi, S. 2014. Seuratuki 2014. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Publikationer om motion och folkhälsa 291 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- IWG 2014a. The Legacy Document: Annex 2: Conclusions and recommendations of the 6th IWG World Conference on Women and Sport “Lead the change, Be the Change”.
- IWG 2014b. The Legacy Document: Annex 1: Brighton Plus Helsinki 2014 Declaration on Women and Sport. Jämställdhetsombudsmannen 2006. Jämställdhetsombudsmannens utlåtande (TAS285/06).
- Jämställdhetsombudsmannen 2008. Telefonpromemoria (Dnr TAS 394/08).
- Jämställdhetsombudsmannen 2011. Jämställdhetsombudsmannens utlåtande (Dnr TAS 238/2011).
- Kaikkonen, R., Murto, J., Penttala, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskeniemi, T., Ahonen, J., Vartiainen, E. & Koskinen, S. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010–2015. Web publication: www.thl.fi/ath.
- Kallio, J., Turpeinen, S., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016a. Active commuting to school in Finland, the potential for physical activity increase in different seasons. *International Journal of Circumpolar Health* 75, 33319.
- Kallio, J., Hakonen, H., Kämppi, K. & Tammelin, T. 2016b. Koulumatkaliikunta. I verkett S. Kokko & A. Mehtälä (red.) Barns och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland. Resultat av LIITU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 4, 48–50.
- Kantomaa, M. T., Tikanmäki, M., Kankaanpää, A., Väärämäki, M., Sipola-Leppänen, M., Ekelund, U., Hakonen, A., Järvelin, M.-R., Kajantie, E. & Tammelin, T. 2016. Accelerometer-Measured Physical Activity and Sedentary Time Differ According to Education Level in Young Adults. *PLoS ONE* 11 (7), e0158902.

- Kari, J. T., Tammelin, T., Viinikainen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O. & Pehkonen, J. 2016. Childhood physical activity and adulthood earnings. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 48 (7), 1340–1346.
- Kari, J. T., Pehkonen, J., Hutri-Kähönen, N., Raitakari, O., Tammelin, T. H. 2017. Longitudinal Associations between Physical Activity and Educational Outcomes. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 49 (11); 2158–2166.
- Karvinen, J., Sääkslahti, A., Pönkkö, A., Fonsén, E., Kempainen, T., Soukainen, U., Palosaari, T., Korhonen, N. & Ketola, H. 2015. Glädje i rörelse. Det nya programmet för att främja fysisk aktivitet och välbefinnande inom den småbarnspedagogiska verksamheten. Programdokument. Valos publikationsserie 1/2015.
- Katzmarzyk, P.T., Church, T.S., Craig, C.L. & Bouchard, C. 2009. Sitting time and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 41, 998–1005.
- Kavetsos, G. 2011. The impact of physical activity on employment. *Journal of Socio-Economics* 40, 775–779.
- Kokko, S. & Mehtälä, A. (red.) 2016. Barns och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland. Resultat av LII-TU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 2016:4.
- Kokko, S., Mehtälä, A., Husu, P., Jussila, A.-M., Villberg, J. & Vasankari, T. 2016. LIITU 2016 -tutkimus: Mitattu tieto tarkentaa itsearvioitua tietoa – kolmasosa suomalaislapsista ja -nuorista liikkuu riittävästi. Liikunta ja Tiede 53 (26), 25–28.
- Kommunallag 410/2015. Utfärdad i Helsingfors 10.4.2015. Kommunförbundet 2017. Vad gör kommunen i framtiden? <https://www.kommunforbundet.fi/aktuellt/2017/vad-gor-kommunen-i-framtiden>
- Korjus, T. & Paajanen, M. 2016. Valtion liikuntaneuvoston alkusanat. I verket S. Kokko & A. Mehtälä (red.) Undersökning över motion hos barn och unga i Finland. Resultat av LIITU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 4, 4–5.
- Korsberg, M. 2017. Anförande vid startevenemanget för projektet 100 jämställdhetsgärningar 21.9.2017, Helsingfors.
- Kosteas V. 2012. The effect of exercise on earnings: evidence from the NLSY. *Journal of Labor Research* 33, 225–250.
- Koster, A., Caserotti, P., Patel, K.V., Matthews, C.E., Berrigan, D., Van Domelen, D.R., Brychta, R. J., Chen, K. Y. & Harris, T. B. 2012. Association of sedentary time with mortality independent of moderate to vigorous physical activity. *PLoS One* 7, e37696.
- Kämppi, K., Tammelin, T., Inkinen, V. & Laine, K. 2017. Liikkuvien koulujen henkilökuntakyselyn tuloksia, kevät 2017. Jyväskylä: LIKES.
- Kärmeniemi, M. 2012. Valmentaminen ammattina Suomessa 2012. KIHUn julkaisusarja nro 34.
- Laakkonen E. K., Kulmala J., Aukee P., Hakonen H., Kujala U. M., Lowe, D. A., Kovanen, V., Tammelin T. & Sipilä, S. 2017. Female reproductive factors are associated with objectively measured physical activity in middle-aged women. *PLoS ONE* 12(2), e0172054.
- Lag om jämställdhet mellan kvinnor och män 1329/2014. Utfärdad i Helsingfors 30.12.2014.
- Lag om ändring av lagen om barndagvård 580/2015. Utfärdad i Helsingfors 8.5.2015.
- Lechner M. 2009. Long-run labour market and health effects of individual sports activities. *Journal of Health Economics* 28, 839–854.
- Lehtonen, K. (red.) 2012. Utveckling av motionsidrott för unga 1999–2011 Statens idrottsråds publikationer 2012:2.
- Lehtonen, K., Paukku, J., Hakamäki, M. & Laine, K. 2013. Seuratuki 2013. Haku- ja jakoprosessin arviointi. Publikationer om motion och folkhälsa 286 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Lehtonen, K. 2015. Suomalaisen urheiluliikkeen muutosprosessi systeemitoeettisesti tulkittuna. Hallinnon Tutkimus 4/2015.
- Lehtonen, K. 2017. Luolamiehet ja suurlinkkaajat suomalaisessa liikunnan ja urheilun eliittiverkostossa. Yhteiskuntapolitiikka 82 (2).
- Liikkuva koulu -ohjausryhmän yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys -työjaosto 2017. Liikkuva koulu -ohjausryhmän työjaoston yhdenvertaisuus, tasa-arvo ja esteettömyys -toimenpide-esitykset. Promemoria 31.5.2017.
- Long, J. E. & Caudill, S. B. 1991. The impact of participation in intercollegiate athletics on income and graduation. *The Review of Economics and Statistics* 73, 525–531.
- Lämsä, J. 2014. Suomessa 1195 ammattilaisurheilijaa. Forskningscentralen för tävlings- och toppidrott. <http://www.sport.fi/kirjasto/teos/suomessa-1195-ammattiurheilijaa>.
- Löner inom kommunsektorn 2016. Uppgifter från Kommunarbetsgivarna, baserade på Statistikcentralens material 7.6.2017.
- Maakuntaudistukseksi ja sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisuudistukseksi laaditun hallituksen esitysluonnoksen sukupuolivaikutusten arviointi 31.8.2016. <http://alueuudistus.fi/soteuudistus/selvitykset-ja-arvioinnit>.
- Malina, R. M., Bouchard, C. & Bar-Or, O. 2004. Growth, maturation and physical performance growth, maturation and physical activity. 2nd ed. Champaign: Human Kinetics.

- Matarma, T., Tammelin, T., Kulmala, J., Koski, P., Hurme, S. & Lagström, H. 2016. Factors associated with objectively measured physical activity and sedentary time of 5–6-year-old children in the STEPS Study. *Early Child Development and Care*.
- Matthews, C.E., Hagströmer, M., Pober, D.M. & Bowles, H.R. 2012. Best practices for using physical activity monitors in population-based research. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 44(S1), S68–76.
- Merikivi, J., Myllyniemi, S. & Salasuo, M. 2016. Media hansassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatuutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Statens delegation för ungdomsrenden, publikation 55.
- Metsälä, L. 2017. Seuratoiminnan kehittämistuki 2016–2017. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Publikationer om motion och folkhälsa 337 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Murto, J., Kaikkonen, R., Pentala-Nikulainen, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskeniemi, T., Jussmäki, T., Vartiainen, E. & Koskinen, S. 2016. Aikuisten terveyst, hyvinvointi- ja palvelutuutkimus ATH:n perustulokset 2010–2016. Nätpublikation: www.thl.fi/ath.
- Myllymäki, R. 2017. Val av ledamöter till kommunstyrelsen, nämnderna och andra kommunala organ. Cirkulär 11/2017, Kommunförbundet.
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Unga i gång! Undersökning om ungdomars fritid 2013. Delegationen för ungdomsrenden (nätpublikation), nr 49.
- Mäkinen, T., Valkeinen, H., Borodulin, K. & Vasankari, T. 2012. Fysinen aktiivisuus. I verket S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (red.) Terveyst, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. Institutet för hälsa och välfärd (THL), Rapport 68, 55–58.
- Oliver, M., Schofield, G.M. & Kolt, G.S. 2007. Physical activity in preschoolers. Understanding prevalence and measurement issues. *Sports Medicine*, 37(12), 1045–1070.
- Pasanen, S. & Laine, K. 2017. Monikulttuuriset liikuntahankkeet. Vuosien 2015–2016 hankeseurannan tuloksia. Publikationer om motion och folkhälsa 236 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Pate, R.R., O’Neill, J.R. & Mitchell, J. 2010. Measurement of physical activity in preschool children. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 42, 508–512.
- Patel, A.V., Bernstein, L., Deka, A., Feigelson, H.S., Campbell, P.T., Gapstur, S.M., Golditz, G.A. & Thun, M.J. 2010. Leisure time spent sitting in relation to total mortality in a prospective cohort of US adults. *American Journal of Epidemiology* 172, 419–429.
- Puska, M., Lämsä, J. & Potinkara, P. 2016. Valmentaminen ammattina Suomessa 2016. KIHUn julkaisusarja, nro 53.
- Pyykönen, J. 2015. Seuratuki 2015. Tuettujen hankkeiden hakemusarviointi. Publikationer om motion och folkhälsa 311 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Pyykönen, J. 2016. Kehittämisyavustus kunnille maahanmuuttajien kotouttamiseksi liikunnan avulla. Vuonna 2015 aloittaneiden hankkeiden esittely. Publikationer om motion och folkhälsa 311 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Rajala, K., Itkonen, H., Kankaanpää, A., Tammelin, T. & Laine, K. 2014. Yläkoululaisten subjektiivisen sosiaalisen aseman yhteys välituntiliikuntaan ja osallisuuteen. *Liikunta ja Tiede* 51 (26), 63–70.
- Rajala, K., Itkonen, H. & Laine, K. 2015. Yläkoululaisten tyttöjen subjektiivinen sosiaalinen asema ja koulun tilojen merkityksellisyys liikkumisympäristönä. *Kasvatus* 46 (5), 448–459.
- Rajala, K., Haapala, H., Kämppi, K., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016. Välituntiliikunta. I verket S. Kokko & A. Mehtälä (red.) Undersökning över motion hos barn och unga i Finland. Resultat av LIITU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 2016:4, 46–48.
- Rantakokko, M. 2017. Tasa-arvoiset osallistumismahdollisuudet liikuntaan vanhuudessa. Liikuntatieteen päivät 31.8.2017.
- Regeringens jämställdhetsprogram 2016–2019. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2016:4.
- Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren 2016. Glädje, lek och gemensamma aktiviteter. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:21.
- Resultat av turnén Resan till god kondition 2016 (på finska). https://www.matkahyvaankuntoon.fi/application/files/7714/8793/2868/MHK_tulokset2016_infograafi.pdf
- Riekk, M. & Hentunen, J. 2017. Työntekijän palkkaaminen seuratuella avulla. Kyselyn tuloksia työntekijän rekrytoimisesta urheiluseuraan vuosilta 2013–2016. Publikationer om motion och folkhälsa 322 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Riksidrottsförbundet 2013. RF:s Stadgar. www.rf.se/ImageVaultFiles/id_35323/cf_394/RFs_stadgar_2013.PDF.
- Rooth, D.O. 2011. Work out or out of work – the labor market return to physical fitness and leisure sports activities. *Labour Economics* 18, 399–409.
- RP 19/2014 rd. Regeringens proposition till riksdagen med förslag till diskrimineringslag och vissa lagar som har samband med den.
- RP 15/2017 rd. Regeringens proposition till riksdagen med förslag till lagstiftning om inrättande av landskap och om en reform av ordnandet av social- och hälsovården samt till lämnande av underrättelse enligt artikel 12 och 13 i Europeiska stadgan om lokal självstyrelse.
- RP 106/2017 rd. Regeringens proposition till riksdagen om statsbudgeten för 2018. RP 106/2017 rd. Förklaring.

- Ruiz, J.R. et al. 2016. Cardiorespiratory fitness cut points to avoid cardiovascular disease risk in children and adolescents; what level of fitness should raise a red flag? a systematic review and meta-analysis." *British Journal of Sports Medicine*. <http://bjsm.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bjsports-2015-095903>.
- Saari, A. 2017. (Nais)urheilu kaipaa ripauksen burleskia. <http://www.vammaisurheilu.fi/ajankohtaista/blogit/4908-nais-urheilu-tarvitsee-ripauksen-burleskia>.
- Sainio, P., Koskinen, S., Sihvonen, A.-P., Martelin, T. & Aromaa, A. 2014. läkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehityslinjoja. I verket A. Noro & H. Alastalo (red.) Vanhuspalvelulain 980/2012 toimeenpanon seuranta. Tilanne ennen lain voimaantuloa vuonna 2013. Institutet för hälsa och välfärd (THL), rapport 13/2014.
- SAJL 2016. Suomen Amerikkalaisen Jalkapallon Liiton yhdenvertaisuussuunnitelma 2016–2017. SAL 2016. Suomen Ampumaurheiluliiton yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma.
- Salin, K., Hirvensalo, M., Magnussen, C. G., Telama, R., Hurti-Kähkönen, N., Viikari, J., Raitakari, O. & Tammelin, T. 2017. Changes in Daily Steps and Body Mass Index and Waist to Height Ratio during Four Year Follow-up in Adults: Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 14(9).
- SCORE 2016. Projektets webbplats. <http://www.score-coaching.eu/>.
- SHM 2010. Statsrådets redogörelse om jämställdheten mellan kvinnor och män. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2010:8. Helsingfors: Social- och hälsovårdsministeriet.
- SHM 2015. Sitt mindre – må bättre! Nationella rekommendationer för mindre sittande. Social- och hälsovårdsministeriets broschyrer 2015.
- SHM 2016a. Regeringens jämställdhetsprogram. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2016:4.
- SHM 2016b. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sote-uudistuksessa (Främjande av välfärd och hälsa i vårdreformen). Social- och hälsovårdsministeriets promemoria 30.8.2016.
- SHM 2017a. Statsrådets redogörelse om jämställdheten mellan kvinnor och män – Mellanrapport 2016. Social- och hälsovårdsministeriets rapporter och promemorior 2017:11.
- SHM 2017b. Minister Rehulas jämställdhetsgärning: Fördelningen av kommunernas idrotts- och motionstider mellan könen ska utredas. Social- och hälsovårdsministeriets pressmeddelande 29.6.2017. http://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset_publisher/1271139/ministeri-rehulan-tasa-arvoteko-kuntien-liikuntavuorojen-jakautumista-sukupuolten-kesken-selvitetaan?_101_INSTANCE_3wyslLo1Z0ni_languageId=sv_SE.
- Sjöholm, K. 2016. Liikunta tulevaisuuden kunnassa ja yhdyspinnat. Anförande av Kari Sjöholm, specialistsakkunnig på Kommunförbundet, vid Regionalförvaltningsverkets evenemang om motion och idrott i kommunerna Liikunnan asema tulevaisuuden kunnassa ja rajapintayhteistyö. 29.11.2016, Jyväskylä.
- Soini, A., Tammelin, T., Sääkslahti, A., Watt, A., Villberg, J., Kettunen, T., Mehtälä, A. & Poskiparta, M. 2014a. Seasonal and daily variation in physical activity among three-year-old Finnish preschool children. *Early Child Development and Care* 184 (4), 586–601.
- Soini, A., Villberg, J., Sääkslahti, A., Gubbels, J., Mehtälä, A., Kettunen, T. & Poskiparta, M. 2014b. Directly observed physical activity among 3-year-olds in Finnish childcare. *International Journal of Early Childhood*, 46 (2), 253–269.
- Soini, A., Watt, A., Tammelin, T., Soini, M., Sääkslahti, A., & Poskiparta, M. 2014c. Comparing the physical activity patterns of 3-year-old Finnish and Australian children during childcare and homecare days. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 6(3), 171–182.
- Soini, A. 2015. Always on the move? Measured physical activity of 3-year-old preschool children. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 216. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Spittaels, H., Van Cauwenberghe, E., Verbestel, V., De Meester, F., Van Dyck, D., Verloigne, M., Haerens, L., Deforche, B., Cardon, G. & De Bourdeaudhuij, I. 2012. Objectively measured sedentary time and physical activity time across the lifespan: a cross-sectional study in four age groups. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 9, 149.
- SPNL 2016. Yhdenvertaisuussuunnitelma. Suomen Painonnostoliitto SPNL ry och Suomen Voimannostoliitto SVN ry.
- Statens idrottsråd 2013. Liikunnan kansalaistoiminnan tietopohja. Opetus- ja kulttuuriministeriön ja valtion liikuntaneuvoston esipuhe. Statens idrottsråds publikationer 6, 4–5.
- Statens idrottsråd 2015. Liikunnan ja urheilun perustan varmistaa eettinen toiminta. Statens idrottsråds ställningstagande 13.5.2015.
- Stenholm, S., Pulakka, A., Kawachi, I., Oksanen, T., Halonen, J. I., Aalto, V., Kivimäki, M. & Vahtera, J. 2016. Changes in physical activity during transition to retirement: a cohort study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 13, 51.
- Suni, J., Husu, P., Valkeinen, H. & Vasankari, T. 2012. Mitattu fyysinen kunto. I verket S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (red.) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa. Institutet för hälsa och välfärd (THL), Rapport 68, 125–127.
- Suni, J., Husu, P., Aittasalo, M. & Vasankari, T. 2014. Liikunta on osa liikkumista. Paikallaanolon määritelmää täsmennetään parhaillaan. *Liikunta & Tiede* 51 (6), 30–32.
- Suomen Valmentajat 2016. Årsrapport 2015. Suomen Valmentajat ry.

- Suomi, K., Mehtälä, A. & Kokko, S. 2016. Liikuntapaikat ja -tilaisuuudet. I verket S. Kokko & A. Mehtälä (red.) Undersökning över motion hos barn och unga i Finland. Resultat av LIITU-undersökningen 2016. Statens idrottsråds publikationer 2016:4, 23–26.
- Syväoja, H., Kallio, J., Hakonen, H., Oksanen, H., Joensuu, L. & Tammelin, T. 2015. Hyvät tulokset fyysisen toimintakyvyn Move!-mittauksissa ovat yhteydessä hyvään koulumenestykseen. Muntligt anförande vid evenemanget Liikuntatieteen päivät 10–11.6.2015, Jyväskylä.
- Sääkslahti, A., Jaakkola, T., Iivonen, S., Huotari, P. & Pietilä, M. 2015. Move! on räätälöity suomalaiseseen kouluun. Liikunta & Tiede 52 (4), 55–59.
- Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (red.) 2012. Liikkuva koulu -ohjelman pilottivaiheen 2010–2012 loppuraportti. Publikationer om motion och folkhälsa 261 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (red.) 2013. Oppilaiden fyysinen aktiivisuus. Publikationer om motion och folkhälsa 272 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Tammelin, T., Kulmala, J., Hakonen, H. & Kallio, J. 2015. Koulu liikuttaa ja istuttaa. Liikkuva koulu -tutkimuksen tuloksia 2010–2015. Jyväskylä: LIKES.
- Tammelin, T. H., Aira, A., Hakamäki, M., Husu, P., Kallio, J., Kokko, S., Laine, K., Lehtonen, K., Mononen, K., Palomäki, S., Ståhl, T., Sääkslahti, A., Tynjälä, J. & Kämppi, K. 2016. Results from Finland's 2016 Report Card on physical activity for children and youth. Journal of Physical Activity and Health 13 (Suppl 2), S157–S164. www.likes.fi/reportcard.
- Thorp, A.A., Owen, N., Neuhaus, M., Dunstan, D.W. 2011. Sedentary behaviors and subsequent health outcomes in adults, a systematic review of longitudinal studies, 1996–2011. American Journal of Preventive Medicine 41, 207–215.
- Thosar, S.S., Bielko, S.L., Mather, K.J., Johnston, J.D. & Wallace, J.P. 2015. Effect of prolonged sitting and breaks in sitting time on endothelial function. Medicine and Science in Sports and Exercise 47 (4), 843–849.
- Tremblay, M. S., Barnes, J. D., González, S. A., Katzmarzyk, P. T., Onywera, V. O., Reilly, J. J., Tomkinson, G. R. & the Global Matrix 2.0 Research Team. 2016. Global Matrix 2.0: Report Card grades on the physical activity of children and youth comparing 38 countries. Journal of Physical Activity and Health 13 (Suppl 2), S343–S366.
- Operativ jämställdhetsarbetsgrupp 2015. Uleåborgs stads operativa jämställdhetsplan 2015–16. Uleåborgs stad. http://www.ouka.fi/c/document_library/get_file?uuid=340e68ae-23d3-41a6-89a8-15148a4c-c045&groupId=52058, läst 26.5.2017.
- Trost, S.G. 2007. Measurement of physical activity in preschool children. American Journal of Lifestyle Medicine 1, 299–314.
- Tulisalo, E. 1984. Kunnan liikuntavirkailijan tausta ja työ. Jyväskylä universitet. Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Avhandling pro gradu.
- Tuloskortti 2016. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Publikationer om motion och folkhälsa 318 (på finska). Jyväskylä: LIKES.
- Turpeinen, S., Jaako, J., Kankaanpää, A. & Hakamäki, M. 2011. Jämställdheten mellan könen i idrott och motion 2011. Förändringar och nuläget i jämställdheten mellan könen i Finland. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2011:33.
- Turpeinen, S., Lehtonen, K., Hentunen, J. & Laine, K. 2018. Seuratoiminnan kehittämistuki vuosina 2013–2017. Publikationer om motion och folkhälsa (på finska). Jyväskylä: LIKES. (Opublicerad.)
- UKM 2013. Riktlinjer för stöd av idrottvetenskaplig forskning fram till 2017. Dokumentet Liikuntatutkimuksen suunta (idrottsforskningens linje). Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2013:15.
- UKM 2014. Utvecklingsstöd för föreningsverksamhet. Ansökningsanvisningar för 2015. Undervisnings- och kulturministeriet. http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/avustukset/avustukset_liitteet/Seuratuki_2015_hakuohjeet_final.pdf. [Hänvisning 24.9.2015.]
- UKM 2016a. Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren 2016. Glädje, lek och gemensamma aktiviteter. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 21. Helsingfors: Undervisnings- och kulturministeriet.
- UKM 2016b. Vetenskapliga grunder för rekommendationen om fysisk aktivitet under de tidiga åren. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 22. Helsingfors: Undervisnings- och kulturministeriet.
- UKM 2017a. Idrottsverksamheten i statistikens ljus. Grundläggande statistik från 2015. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 1. Helsingfors: Undervisnings- och kulturministeriet.
- UKM 2017b. Ansökan om statens träningsstipendier. <http://minedu.fi/avustukset>. [Hänvisning 5.6.2017.]
- UKM 2017 c. Utvecklingsstöd för föreningsverksamhet (föreningsstöd). <http://minedu.fi/avustukset>. [Hänvisning 29.5.2017.]
- UKM 2017d. Ministeriet siktar på hundra jämställdhetslöften inom motion och idrott. Pressmeddelande 31.3.2017. http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/ministerio-tavoittelee-sataa-tasa-arvolupausta-liikunnassa-ja-urheilussa.
- UKM 2017e. 100 jämställdhetsgärningar för motion och idrott i Finland belönas i december. Pressmeddelande 22.6.2017. http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/liikunnan-suomi-100-tasa-arvoteot-palkitaan-joulukuussa?_101_INSTANCE_OR8wCyp3oebu_languageId=sv_SE.

- Undervisningsministeriet och Ung i Finland 2008. Rekommendation om fysisk aktivitet för skolbarn i åldern 7–18 år. Helsingfors: Undervisningsministeriet och Ung i Finland rf.
- Utbildningsstyrelsen 2016. Grunderna för planen för småbarnspedagogik 2016. Utbildningsstyrelsen. Föreskrifter och anvisningar 2016:17.
- Valmentaa kuin nainen 2016. <http://www.suomenvalmentajat.fi/hankkeet/valmentaa-kuin-nainen/>.
- Vetenskapliga grunder för rekommendationen om fysisk aktivitet under de tidiga åren 2016. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:22.
- van Poppel, M.N., Chinapaw, M.J., Mokkink, L.B., van Mechelen, W. & Terwee, C.B. 2010. Physical activity questionnaires for adults: a systematic review of measurement properties. *Sports Medicine* 40, 565–600.
- Vähä-Ypyä, H., Vasankari, T., Husu, P., Suni, J. & Sievänen, H. 2015. A universal, accurate intensity-based classification of different physical activities using raw data of accelerometer. *Clinical Physiology and Functional Imaging* 35 (1), 64–70.
- Welk, G.J., Laurson, K.R., Eisenmann, J.C. & Cureton, K.J. 2011. Development of youth aerobic-capacity standards using receiver operating characteristic curves. *American Journal of Preventive Medicine* 41 (4), S111–116.
- World Health Organization 2010. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization.
- Yli-Piipari, S., Kulmala, J., Jaakkola, T., Hakonen, H., Fish, J. C. & Tammelin, T. 2016. Objectively measured school day physical activity among elementary students in the United States and Finland. *Journal of Physical Activity and Health* 13 (4), 440–446.

Bilaga 1. Personer som har medverkat till utarbetandet av rapporten och deras stödorganisationer

Aalto-Nevalainen Päivi, undervisnings- och kulturministeriet
Aira Annaleena, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Hakonen Harto, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Heiskanen Jarmo, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Inkinen Virpi, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Joensuu Laura, Jyväskylä universitet
Kallio Jouni, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Kari Jaana, Jyväskylä universitet
Korhonen Nina, programmet Glädje i rörelse
Kuosmanen Sari, Olympiska kommittén
Kämppi Katariina, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Laine Kaarlo, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Lehtonen Kati, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Lämsä Jari, Forskningscentralen för tävlings- och toppidrott
Malvela Miia, programmet I form för livet
Piispanen Toni, Statens idrottsråd
Puurunen Anna, programmet I form för livet
Rajala Katja, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Syväoja Heidi, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES
Tammelin Tuija, Stiftelsen för främjande av motion och folkhälsa LIKES



Opetus- ja kulttuuriministeriö

Undervisnings- och kulturministeriet

Ministry of Education and Culture

Ministère de l'Éducation et de la Culture

ISBN 978-952-263-564-8 (PDF)

ISSN 1799-0351 (PDF)

